PRESSA

1926–1991 ЕЛЛАРДА АЗАТ ХАТЫН
№ 11 / 2021

СӨЮМБИКӘ

ISSN 0869-1398

КЛИМАКС
ул нигә яшәрә

тутырылган КҮРКӘ БОТЫ
уңган хуҗабикәдән яна рецепт

ӘНИ ОНЫТЫЛАМЫНИ
бер сагыну **тарихы**

Мәдинә САБИРҖАН: *«Хатын-кыз дөньяга матурлык алып килә!»*

Мин әни булдым, әни!

Мин әни булдым, әни!

Мин әни булдым, әни!

Шушы сүзне әйткән мизгелдә барысы да үзгәрә! Аралар тагын да якыная, җылына, күңелләр бер-берсен сүзсез дә аңлый... Бер үк кичерешләр аша узганнарның якынлыгы башка аның. Сүзләр, хәрәкәтләр, теләкләр бөтенләй үзгә төсмер ала. «Менә әни ни өчен ул вакытта шулай дигән, шулай эшләгән (яки эшләмәгән) икән», – дип уйлыйсың... Барысы да мәңгелекнең үзе кебек гап-гади, чөнки син – Әни! Ә Әниләр инде бер телдә сөйләшә...
Өр-яңа проект башлыйбыз. «Мин әни булдым, әни!» дип атала ул. Бер фоторәсемдә өч буын – әниегез, сез һәм кызыгыз (улыгыз): буыннар чылбыры шулай тезелә!
Җылылык, яктылык, нур бөркеп торган мондый фотосурәтләр сездә дә бардыр – кушылыгыз!



Эльвира САФИНА

БАЛАКАЕМ

Минем газиз, алтын балакаем,
Еллар үтәр, үсеп җитәрсең.
Әниеңнең җылы кочагыннан,
Бәхет эзләп, очып китәрсең.

Минем кебек син дә, балакаем,
«Балам» диеп сөенеп яшәрсең.
«Еллар узган саен ныграк
Яратам», дип миңа дәшәрсең.

Минем кебек син дә, балакаем,
Үз балаңа сөеп багарсың.
Шул изге хис аша әниеңнең
Ничек яратуын аңларсың.

Минем кебек син дә, балакаем,
Йокысыз төннәрне кичәрсең.
Син кечкенә чакта әнекәең
Узган сукмаклардан үтәрсең.

Минем кебек син дә, балакаем,
Балаларың сагынып көтәрсең.
Әнием дә сагынгандыр, диеп,
Хәл белергә кайтып китәрсең.

■ Бу фотода без – ике әби, өч әни, өч кыз, ике онык, бер оныкчык! Кызык, әйеме? Әбиебез Разия Гаязова биш бала табып үстергән. Чуашстанның Батыр районы Кызыл Чишмә авылы мәктәбендә химия, биология фәннәрен укыткан. Инде байтактан лаеклы ялда. Бүген без – 5 баласы, 11 оныгы, 2 оныкчыгы – карлыган яфрагы, бөтнек, мәтрүшкә салып пешергән чәен сагынып, аның янына киләбез.
Ул безне барлап, бөтен яңалыкларыбызны белеп, кайгыртып торучы, һәммәбезне дә елмаеп каршы алучы, сыйлап озатучы. Һәм... барыбызның да серләрен сыйдыручы!

Лилия ЗАРИПОВА

Фото: Анна Арахамия

Сөй гомерне, сөй халыкны, сөй халыкның дөньясын!



© «Сөембикә» 2021



Фото: Анна Арахамия

Ежемесячное литературно-художественное и культурно-просветительское электроннное периодическое издание на татарском, русском языках для женщин и семьи.

Территория распространения: Российская Федерация, зарубежные страны

Элемтә, мәгълүмати технологияләр һәм массакүләм коммуникацияләр өлкәсендәге күзәтчелек буенча Федераль хезмәтендә (Роскомнадзор) 2015 елның 18 маенда «Сююмбике» дип теркәлгән. Теркәү таныклыгы Эл № ФС 77-61814

Язмалар авторның тулы адресы күрсәтелеп, паспорт мәгълүматлары, пенсия иминияте таныклыгы, ИНН таныклыгының ксерокс күчермәләре белән бергә җибәрелгәндә генә кабул ителә.

Кульъязмаларга бәя бирелми, алар кире кайтарылмый.

Баш мөхәррир
Л. Н. Маликова

Редколлегия:
Зәлия Ахунова, Ирада Әюпова,
Зилә Вәлиева, Гөлүсә Батталова,
Эльмира Зарипова, Кадрия Идрисова,
Альбина Насыйрова, Алсу Нәбиева,
Сәрия Сабурская, Гүзәл Сәгыйтова,
Нурия Һашимова, Рафаэль Шәвәлиев.

Редакциянең гомуми телефоны 222-09-77

Җитәкче урынбасары 222-09-78
Рәмзия Кашапова
Баш мөхәррир урынбасары 222-09-78
Гөлнур Хәсәншина

Җаваплы сәркатип
Алсу Шакирова
Әдәби мөхәррир
Эльмира Закирова
Сайт мөхәррире
Камилә Димөхәммәтова

Тышлыкта:
Мәдинә Сабирҗан
Фото: Марат Могыйнов

Мөхәррирләр
Чулпан Галиәхмәтова
Сөмбел Гаффарова
Фәгыйлә Шакирова
Верстка
Резеда Галиуллина
Корректор
Фирдәвес Исмәгыйлева
Фотокорреспондент
Анна Арахамия
Гамәли хезмәткәрләр
Ильмира Сөләйманова
Виталий Матвеев

Автор фикере редакция фикере белән туры килмәскә мөмкин.

Реклама текстлары аны бирүчеләр җаваплылыгында.

Редакциянең язмача рөхсәтеннән башка материалларны «Сөембикә»дән күчереп басу тыела.

Формат: 225х290 мм
Күләме 64 бит

Басарга кул куелды: 2.11.2021 ел.
Чыгу көне: 11.11.2021 ел.
Заказ Е-3554
Тираж 10827

Учредитель:
Акционерное общество «Татмедиа»



ТР «Татмедиа» Матбугат һәм массакүләм коммуникацияләр республика агентлыгы ярдәме белән чыгарыла.

Басма Матбугат һәм массакүләм коммуникацияләр буенча федераль агентлык ярдәмендә нәшер ителә

Редакция адресы: 420066, Казан, Декабристлар урамы, 2 нче йорт.
www.syuyumbike.ru
E-mail: suumbike@tatmedia.com
ssuum@yandex.ru
тел./факс: (843) 222-09-77

Язылу индексы
ПАП рәсми каталогы буенча:
Татарстанда П2204 (ярты еллык),
П8299 (берьеллык)
Татарстаннан читтә: П0279

Банк реквизитлары:
Филиал АО «ТАТМЕДИА»
«Редакция журнала «Сююмбикә»
Расч/счет 40702810600020010309
кор/сч 30101810000000000805
в ПАО «АК БАРС» БАНК г. Казань
ИНН 1655144950
БИК 049205805
КПП 165802002

16+



Харис Якупов. «Әни портреты», 1955 ел.

Баш мөхәррир сүзе



Кадерле укучым!

Күптән түгел соцчелтәрләрнең берсендә шушы постка тап булдым. Инде менә ничә көннәр күңелемнән чыкмый ул... Журналыбызның тугрылыклы укучысы, Казанның 177 нче мәктәп укытучысы Миңлегөл Вафина язган аны. Бу юлларны сезгә дә бик укытасым килә.

«Авылга кайттым... Әти белән Әнинең октябрь аенда туган көннәре. 88 яшь булыр иде... Сездән башка гына туган көннәрегезне искә алабыз. «Рухларыгыз җәннәттә булсын», – дип дога кылабыз. Тормыш, яшәеш, канун... Иң хәсрәтле көннәрем – Әни, аннан Әти киткән көн булды. Таш кыядан кинәт егылып төшкән кебек буласың... Төшәсең, төшәсең, ә аякларың җиргә тимәс кебек... Әнинең терелүенә мин бик ышанган идем. Больницадан савыгып чыгар төсле иде. Әмма... Үкенечләр күп калды... Әни бик тә гыйлемле кеше иде. Күп укый, сәясәтне дә аңлый иде, күп нәрсәдән хәбәрдар иде... Телевизордан барган татарча кино-спектакльләрне ихластан карый иде. Үкенәм, Камал театрына алып бара алмадым... Ә Әти радио тыңларга бик яратты. Күп җырларга кушылып җырлый да иде әле үзе. Радиодан ишеткән хәбәрләрен безгә сөйли иде. Әнигә намаз вакытларын, уразада авыз ачарга вакыт җиткәннәрен әйтә иде. Тырыш, эшчән, гади, бик юмарт кеше иде Әти. Төшемә дә кулына кечкенә радиосын тоткан, шат күңелле, матур йөзле Әти керә... Сагынам, бик юксынам...

Туган йортыбызга кайттым... Өстәл өстендә Әни укыган китаплар, Әни куйганча намазлык, яулыклары тора. Кая да булса чыгып кына киткән төсле... Өстәл өстендә без кайтканны көтеп самовары тора... Рухларыгыз шат булсын! Амин...»

Белүемчә, алар гаиләдә дүрт бала – өч кыз, бер малай үскәннәр. Әти-әниләре янына еш кайтып, бөтен эшләренә булышып яшәделәр. Миңлегөл Рәшитовна җәйге каникулларда алар янына кайтып озаклап торып та килә. «Кызым, ашаган ризыгыбыз да, кигән киемебез дә – барысы да сезнеке», – дип әйтә торган булган әнисе. («Күлмәкләр алып әнине сөендерергә ярата идем. Хәзер дә матур күлмәк күргәч, үреләм дә, инде әнинең юклыгын искә төшереп, туктап калам», – ди Миңлегөл ханым.) Соңгы унбиш елда әтиләре бөтенләй диярлек күрмәгән... Хатыны һәм балалары аның өчен күз дә, кул да, аяк та булганнар...

Әти-әниеңә никадәр генә кадер-хөрмәт күрсәтсәң дә, үкенечләр кала икән әнә... Бездә ул үкенечләрнең барыбер азрак булуын телим мин...

Яратып,
Лариса МАЛИКОВА

Безнең тышлыкта



«Бизнесны ир-ат эше дисәләр дә, мин үз бизнесымны хатын-кыз эше дип саныйм. Ул кунакчыллык белән бәйле. Әйе, кунакны хатын-кыз кабул итә, хезмәт күрсәтә, аңа уңайлы мохит тудыра.»



10
«Ихтыяр көчен кушам...»
Айсылу Галиева

Заман һәм без



6
Иртәләде...
Чулпан Галиәхмәтова

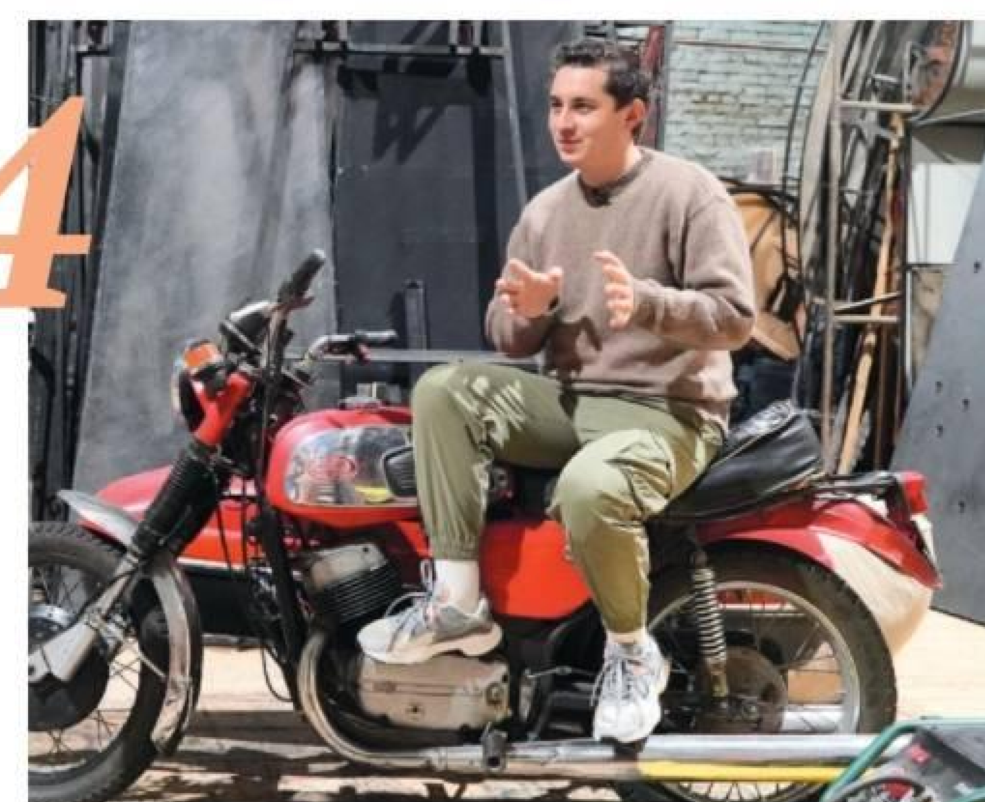


16
Тау түбәсе
Гөлнур Хәсәншина

20
Үзенчәлекле балалар галәме
Мәдинә Авзалова



14
Эш – иң рәхәт ял
Гөлнур Сафиуллина



24
Дәрвиш режиссёр
Чулпан Галиәхмәтова

ЭЧТӘЛЕК

Татар дөньясы



26 Безгә карап халкыбызга бәя бирәләр
Эльмира Закирова



30 Гөр-гөр килеп яшәү
Чулпан Галиәхмәтова



34 Чикагодан кайнар сәлам!
Алсу Шакирова

Мәдәни тормыш



38 Яшьлегем Казаны
Гүзәл Әдһәм

Яшәеш



44 Әни онытыламыни?!
Гүзәлия Сәйфуллина

46 Алтын бөртекләре
Алсу Шакирова



50 «42 яшемдә – яшь әни мин...»
Люция Нотфуллина

Хуҗабикә

59 Кулларга массаж
Чулпан Юнысова



60 Тутырылган күркә боты

»



Фото: Гөлнара Варламова

Чулпан
ГАЛИӘХМӘТОВА

Яшьлектә көзгедәге кыяфәтебез, гадәттә, үзебезгә ошамый. Кайбер хатын-кызларда «мин матур түгел» дигән фикер гомер буе яши. Әмма, еллар үткәч, күбебез яшь чактагы фотоларга карап елмаеп, ирексездән: «Бу фотосурәт бөтенләй ошамый иде бит. Ә чынлыкта бик чибәр булганмын икән», – дип куя. Картаюдан – җыерчыклар чыгудан – куркабыз шул. Һаман бит тиресен тәрбиялибез, косметологка йөрибез, кыйммәтле битлекләр, кремнар алабыз, төрле марафоннарда катнашып, ябыгабыз. Әмма барыбер картаябыз... Дөнья куабыз, акча эшлибез дип чаба-чаба, хатын-кыз гомеренең узганын да аңламый калабыз. Ә ул 60 та түгел, 35–40 яшьтә дә килеп җитәргә мөмкин. Сүз – иртә килгән климакс турында. Ул – организмда хатын-кызны хатын-кыз иткән иң кирәкле гормоннар азая, кирәгенчә эшләнми дигән сүз. Бу вакытта инде бернинди кыйммәтле кремнар да ярдәм итмәячәк. Гормоннар дөрес эшләсә генә, хатын-кыз үз асылын югалтмый. Яшьлектә төшкән фотосурәтләрдә дә без әнә шуңа матур. Тормышта бар нәрсәне кайгыртып яшибез, әмма үзебезгә генә вакыт калмый. Климакс елдан-ел яшәреп бара. Сәбәбе нәрсәдә? Хатын-кызлар өчен бик тә мөһим булган бу проблема белән очрашабыз икән, нишләргә? Югары категорияле акушер-гинеколог, превентив һәм функциональ медицина табибы Лилия ГЕППА белән әнә шул хакта сөйләшәбез.

ИРТӘЛӘДЕ...

Лилия Владимировна, климакс гадәттә 45–55 яшьләрдә була. Ә соңгы елларда тормышның бу чорына иртә кергән хатын-кызлар артуы сизелә. Бу чынлап та актуаль проблемамы?

– Әйе, кызганыч, замана хатын-кызларына бу диагноз бик еш куела. Бөтен нәрсәнең дә үз вакыты булырга тиеш бит югыйсә. Табигать безне шулай яраткан. Әмма хәзер югары темплы тормышта яшибез. Күпчелек хатын-кызлар бөтен җаваплылыкны үзенә ала. Әйләнә-тирәгездә булган хатыннарның берсенә генә күз салыгыз. Ул күп эшли, гаилә җылысын сакларга тырыша. Шуның өстенә, балаларын кайгырта, аларга бәйле бар нәрсәне контрольдә тота. Аз йоклый. Минем пациентлар арасында төнге сменада эшләүчеләр бик күп: табиблар, шәфкать туташлары, диспетчерлар... Ә хезмәтнең бу төре сәламәтлек өчен үтә дә зыянлы.

Шулай да иртә климакска китергән сәбәпләр нинди?

– Сәбәпләр күп, аларның берсе, әйткәнемчә, төнге йокы җитмәү. Аңлы рәвештә йокы режимын бозучылар күп хәзер. Төнге берләрдә-икеләрдә йокларга ятучылар үзләрен «ябалак» йә «иҗади шәхес» дип саный. Үзенә әллә нинди миссияләр өя.

Әйе, бигрәк тә йоклау урынына, социаль челтәрләр карап ятканда...

– Сез хаклы. Төнге йокы бик мөһим ул. Тагын бер сәбәп – соңгы вакытта хатын-кызлар, бигрәк тә яшь кызлар, балага узмас өчен махсус гормональ препаратлар куллана. Ә бу – иртә климакс килүнең бер факторы. Биш-алты ел элек кенә бу төр контрацепция хатын-кызларның күкәйлекләрен саклый, диләр иде. Әмма аның бердәнбер принцибы – балага узмаудан саклану чарасы гына. Әлеге препаратлар, киресенчә, күкәйлекләр картаюны якынайта һәм, әйтергә кирәк, бик тиз. Ә вакытыннан алда килгән климакс белән күкәйлекләр картаю синдромын хәзер бер үк диагноз итеп карыйлар.

Әмма кайбер гинекологлар бу гормоннарны эчәргә киңәш итә. Хәтта сәламәтлек өчен дә.

– Әйе, аларны һаман да билгелиләр. Ләкин минә бер-ике ел инде югары мөнбәрләрдән әлеге препаратларны массалы төстә билгеләүне туктатырга кирәк дип сөйлиләр. Бигрәк тә яшүсмерләргә тәкъдим итү ярамый! Минем 16 яшьлек бер пациентым соңгы өч елда шуларны бертуктаусыз кабул иткән. Юк, балага узмас өчен түгел, сәламәтлеге өчен билгеләгәннәр. Бу баланың күкәйлекләре нинди хәлдә булуын күз алдына китерү авыр түгел... Вакытыннан алда килгән климаксның тагын бер сәбәпчесе – тазару. Авырлыгы идеаль булган хатын-кызлар азайганнан-азая. Сүз тазару турында гына бармый, артык ябык булу да проблема ул. Таза һәм ябык хатын-кызларда климакс башлану нормаль авырлыктагы гүзәл затларга караганда, күбрәк. Хатын-кызның артык авырлыгы бар икән, димәк, организмында эстрогеннар күп эшләнә. Бу инде гормоннар балансын үзгәртә. Димәк, климакс якынлашуга сәбәп. Шулай ук аз хәрәкәтләнү, хроник ялкынсыну авырулары, аутоиммунлы авырулар да бу диагноз куюны тизләтә. Ә калкансыман биздә була торган аутоиммунлы тиреоидит авыруы һәр икенче хатын-кызда очрый. Без җәннәт шартларында яшәмибез. Экология проблемасы, пычрак су, сыйфатсыз ризык, бетмәс-төкәнмәс стресс хроник агулану (интоксикация) китереп чыгара һәм иммунитет үзенең тәнчекләренә һөҗүм итә башлый. Уйлап карасаң, иммунитет безне вируслардан сакларга тиеш, ә ул үз-үзен бетерә. Теләсә нинди хроник ялкынсыну аутоиммунлы ялкынсынуга китерә. Нәтиҗәдә, иң эшчән орган булган калкансыман биз эш ритмын акрынайта башлый. Бу бигрәк тә организмда тимер җитмәсә күзәтелә. Бөтендөнья сәламәтлек саклау оешмасы чаң кага – күрем күргән 80 процент хатын-кызда анемия. Хатын-кызларның бик азы профилактикага игътибар бирә – кан анализлары биреп, тикшерелеп тора. Әле ярый диспансеризация дигән программа эшләп килә.

Шулай ук тәмәке тарткан, алкоголь эчемлекләр кулланган, үт куыгы белән бәйле авырулары булган хатын-кызларда да климакс иртә башлану куркынычы бар. Организмны чистарту өчен бавыр һәм үт куыгының дөрес эшләве зарур. Һәм, әлбәттә – дефицитлар. Без хроник дефицитта яшибез. Тимер, Д витамины, бик күп микроэлементлар җитми безгә. Нәтиҗәдә, физик һәм рухи яктан алҗыган, соңгы тапкыр табибта биш ел элек булган хатын-кызны күрәбез. Әле ул үзен яхшы итеп хис итәргә тырыша. Ә чынлыкта алай түгел...

Димәк, климакс – хатын-кызның картая башлавы дигән фикер миф түгел?

– Юк, миф түгел. Эндокринлы системалар эшчәнлеге кимү – картаю дигән сүз инде ул. Климакс вакытында барлык гормоннар синтезы кими башлый. Мәсәлән, прогестерон гормоны. Аны «бәллүр гормон», диләр. Организмда аның күләме стресска бәйле. Ә без хәзер хроник стресс халәтендә яшибез. Стресс безнең башыбызда: һәрвакыт борчылабыз, уйлыйбыз... Прогестерон гормоны хатын-кыздан йомшак хатын-кыз ясый. Ә андыйлар тирә-ягыбызда бик аз. Ул гормон күремнең икенче циклында – овуляция булганнан соң эшләнә. Овуляция – нәсел дәвам иттерү



теләген тудыра. Нәкъ шушы вакытта күпчелек хатын-кызларда дәрт уяна. Алар тагын да сексуальрәк була. Ә стресс вакытында овуляция булмый, овуляция юк икән, прогестерон гормоны да юк. Димәк, йомшак, матур хатын-кыз да юк. Климакс чорында прогестерон кими, әле өстәвенә, хатын-кыз стресста да яшәсә, аның нindирәк булуын күз алдына китерү кыен түгел.

38–39 яшьләрдә эстрогеннар гормоны кими башлый. Хатын-кызның тулы матур гәүдәсе, яңгыравыклы көлү тавышы, яхшы кәефе бу гормонга бәйле. Эстроген коллаген эшләп чыгаруга да тәэсир итә. Биттәге җыерчыклар, бигрәк тә авыз тирәсендәге кечкенә вертикаль җыерчыклар эстрогеннар аз булу турында сөйли. Шулай ук тазара башлауга да сәбәпче. Тестостерон гормоны ир-ат гормоны дип йөртелсә дә, хатын-кызлар өчен дә мөһим. Ул мускуллар ныклыгы өчен җавап бирә. Менопаузадан соң бәвел тота алмау, эчке органнарның төшүе менә шуның белән бәйле инде. Бу гормоннар турында җентекләп сөйләвемнең сәбәбе: күпләр аларны җенес гормоннары, дип бик игътибар итми. Әмма алар тормыш өчен кирәкле. Климакс чорында менә шул гормоннар азая. Әлеге проблема белән 35–40 яшьтә очрашмас өчен, үзегезне сакларга кирәк. Әйе, хатынкыз булу күп көч сорый. «Сексуаль булу, тышкы матурлык, күзләрнең януы, елмаеп-көлеп тору – организмның рәхмәте», – дип әйтергә яратам.

Мин дөрес аңладыммы, менопауза белән сексуаль дәрт бер яссылыкта була алмыймы?

– Алай ук дип әйтмәс идем. Вакытында табибка күренеп, дәвалау курслары узсагыз, яшьлекне озынайтып була әле. Табиб беренче вакытта фитоэстрогеннар билгеләр. Бу – эстрогеннар үзенчәлеге булган үләннәрдән ясалган препаратлар. Ул климаксның башлангыч этабында булган тирләү, кайнар дулкын бәрү кебек билгеләрне азайтуда нәтиҗәле эшли. Әмма климакска китергән сәбәпләр каршында алар көчсез. Ягъни бәвел тотмау, сөякләрдә минераль тыгызлык түбәнәю, җыерчыклар чыгу, күрем циклы бозылуны туктата алмый. Бу – климаксның икенче этабындагы билгеләр. Монда инде гормональ терапия кирәк булачак. Ул киләчәктә – 65 яшьтән соң еш күзәтелгән остеопороз, сөякләр сыну, йөрәк-кан тамырлары авыруларыннан профилактика. Дөрес, бу дәвалауны билгеләү өчен хатын-кызлар тикшерелергә тиеш. Гормональ препаратларның да тире аша тәэсир иткәненә өстенлек бирегез. Ул бавыр функциясенә азрак йогынты ясар. Каны тиз оеган хатынкызларга да гормональ препаратларны сак эчәргә кирәк. Тагын шуны да әйтәсем килә: бу препаратлары 10–12 ел дәвамында бары тик табиб күзәтүе астында эчәргә кирәк. Үзбелдекләнү – мәгънәсезлек. Фитоэстрогеннар белән гормональ терапия арасында хәзер популярлашып килгән пептидлы терапия тәкъдим итәм. Әмма аны кулланганчы организмда микроэлементлар дефицитын, тормышта стресслар чыганагын бетерергә кирәк. Алҗыган организмда ул нәтиҗә бирмәячәк. Гомумән, тылсымлы дару төймәләре юк ул. Терапиянең 90 проценты яшәү рәвешенә бәйле.

Климакс якынлашуны ничек аңларга?

– Иң элек күрем циклы үзгәрә. Мәсәлән, элек аның арасы 30 көн булса, хәзер 25 көнгә кала. Күрем вакытында килгән кан күләме азая. Хатын-кыз тирли, ФГС гормоны күтәрелә. Бит тиресе салына башлый. Дәрт кими. Хатын-кыз «Миңа якын килмә!» кыяфәтендә йөри. Буыннар сызлый, дым кими. Күрем циклы үзгәрүгә үк гинеколог-эндокринологка мөрәҗәгать итәргә кирәк, билгеле.

Әлеге диагноз белән очрашкан хатын-кызларга нәрсә киңәш итәр идегез? Тормыш бит тукталып калырга тиеш түгел...

– Әлбәттә, юк! Иң мөһиме – мәгълүматлы булырга. Кул кушырып утырмаска. Табибка даими күренеп торырга, терапия алырга һәм, әйткәнемчә, тормыш рәвешен үзгәртергә. Тормыштан стресс чыганакларын алып атарга. Медитация техникалары өйрәнергә. Бәлки, кемдер яраткан шөгылен табар. Кул эшләре стрессны киметә. Әйе, климакс башлана икән, аны туктатып булмый. Без, табиблар, бу хәлне бераз җиңеләйтә, хатынкызларның кәефен яхшырта, актив тормышны әзгә генә булса да озынайта алабыз. Кайчан да булса барыбыз да климакс белән очрашачакбыз. Әмма аңа алдан әзерләнергә кирәк.

Бу чорда туклану нindирәк булырга тиеш? Хәтта гап-гади шикәр дә климаксны якынайта дигән фикерләр йөри.

– Берсүзсез килешәм! Пациентларыма да шикәр, гади углеводларны рационнан алырга киңәш итәм. Шикәр бит ул ак ком гына түгел, консервантлар да, «Е» кушылмалар да... Ул – ризыкны тәмле торган иң очсыз алым. Соңгы вакытта кешеләр бик күп углевод куллана. Минем абый: «Без балачакта кишердән баллырак ризык ашамадык», – ди. Хәтерләсәгез, безнең кечкенә чакта да конфетлар бик сирәк була иде. Ә хәзер бит яңа утырып тора башлаган балага да конфет тоттыралар. Гиперактив балалар менә шуннан килеп чыга инде ул. Шикәр – кеше үз өстәленә куйган иң начар продукт. Тагын бер нәрсәгә игътибар иттерәсем килә: су эчү режимы. Пациентларга 1 килограмм гәүдә авырлыгына 30–40 мл су эчәргә кирәк дип сөйли башласам, күзләрен түгәрәкләндереп тыңлап утыралар. «Су эчә алмыйм, минем эчәсем килми», – диләр. Ә мин һәрвакыт әйтәм: «Су – тулаүсез дару чыганагы!»

Лилия Владимировна, 40 яшьтә бала табу климаксны кичектерә аламы?

– Шундый тиз яшәрү алымы бар. Әмма аңларга кирәк, мондый мөмкинлек бирелгән икән, аны кулдан ычкындырмаска инде.

Әгәр яшәү ритмы үзгәрмәсә, хроник стресста яшәвебезне дәвам итсәк, без хатын-кызлар, тиз картая башлаячакбызмы?

– Нәкъ шулай. 20 ел эш тәҗрибәмнән чыгып шуны әйтә алам, бала таба алмаучылар саны арта. Шулай ук соңгы җиде-сигез елда вакытыннан алда килгән климакс белән

интегүчеләр дулкыны барлыкка килде. Бөтендөнья сәламәтлек саклау оешмасы 2080 елга кешеләр бала табудан туктый дигән фараз әйтте. Килешми мөмкин түгел. Кешелек үзенә көчләп таккан тормыш стиленә, йомшак итеп кенә әйткәндә, яшәү, нәсел дәвам итүгә әзер түгел.

Димәк, хатын-кызларның яшьлеге үз кулларында...

– Беләсезме, бу тема белән нигә мавыктым, чөнки ул минем өчен дә актуаль. 39 яшемдә чак кына әлеге проблема белән очрашмый калдым, 18 килограмм артык авырлыгым бар иде. Ул чактагы Лилия белән хәзерге Лилия – җир белән күк арасы. Төнге смена, йокысызлык, ярсучанлык, бертуктаусыз баш авыртуы... Ышанасызмы, башым авыртмаган көн юк иде. Без барыбыз да тәгәрмәчтә әйләнгән тиен кебек: вакыт узганын сизмибез. Менә иртәгә тотынам, әле өлгерәм дип яшибез. Әмма вакыт тиз уза ул – өлгермибез! Кайвакыт шундый стресста булабыз ки, хәтта үз организмыбыз биргән сигналны ишетмибез! Ә ул һәрвакыт сигнал бирә. Хәзерге хатын-кызлар ничек яши? «Монда авырта, монда тарта, ярар үтәр әле, ярар вакыт булгач табибка барырмын әле», – ди. Чөнки аның башы башка нәрсә белән мәшгуль. Мин дә шундый идем. Кеше бит ул ялкау зат. Аңа нидер эшләү өчен бик зур этәргеч кирәк. Үземне кулга алыр өчен минем дә тормышымда үзгәрешләр булды. Башка яшәү ритмына күчтем. Күбрәк үземне кайгырттым. Бөтен кирәкле анализларны тапшырып, җитмәгән микроэлементларны барладым. Витаминнар эчә башладым.

Сакланыйм әле дип, үз-үзеңне сыйпап утыру мөмкин түгел. Сез дә бит әнә кичке сигезләргә кадәр пациентлар кабул итәсез...

– Яшьлек, матурлык, сәламәтлек – көчле дисциплина ул. Мин, мәсәлән, сәгать унда йокларга ятам. Кухням җыештырылмаган, идән юылмаган, кер үтүкләнмәгән – бу минем өчен мөһим түгел. Өйдәгеләрне дә шушы режимга көйләргә була. Пациентларыма гел әйтәм: «Көн дәвамында хатын-кыз өч нәрсәгә өлгерергә тиеш: кичектермичә бәдрәфкә барырга, ял итәргә һәм кичке сәгать унда йокларга ятарга». Шул вакытта гына аның көче булачак. Һәм ир-ат булудан туктарга кирәк. Аңлагыз: сез – нәзберек хатын-кыз! Сез – бердәнбер. Ир өчен дә, балалар өчен дә түгел, сез үзегез өчен беренче урында булырга тиеш. Онытмагыз: үзеңне яратсаң гына, сине дә яратырлар.

Белгеч киңәше



Айсылу НӘГЫЙМОВА, социология фәннәре докторы, профессор, психолог

Яшәү дәверендә кеше берничә табигый чор кичерә – сабыйлык, яшьлек, өлгергәнлек һәм олыгаю чоры. Хатын-кыз өчен психологик яктан шуларның иң катлаулысы – климакс чоры, бигрәк тә вакытыннан алда килгән очракта. Гормональ яктан үзгәрешләр психо-эмоциональ өлкәдә дә бик нык чагыла – хатын-кызда ару, эмоциональ тайпылышлар, еш кәеф үзгәрү, кызып китү, хәтта депрессия күзәтелергә мөмкин. Әлеге үзгәрешләр гаилә мөнәсәбәтләрендә чагыла, профессиональ өлкәдә, гомумән, кешеләр белән аралашканда проблемалар тудыруга сәбәпче була ала. Билгеле инде, табиб билгеләгән медикаментоз дәвалау чаралары булышмый калмый, шулай да күп очракта хатын-кыз психологик ярдәмгә мохтаҗлык тоя.

Бу халәттән котылу юлында иң беренче адым – үзеңнең яңа статусыңны аңлау һәм кабул итү. Нәкъ менә яңа этапка аяк басуыңны аңлау, бу чорның үзенә генә хас матурлыгын, уңай якларын күрә белү психологик тынычлыкка ирешергә ярдәм итә. Билгеле инде, һәр хатын-кызның яшь, чибәр һәм сәламәт каласы килә. Ак чәчләр дә, биттәге җыерчыклар да канәгатьләнү хисе тудырмый инде ул... Әмма үз-үзен тәрбияләп йөрткән хатын-кыз бу күренешләрне җиңүнең мең дә бер юлын белә, белмәгән очракта да интернеттан белгеч киңәшләре эзләячәк. Шуны да истән чыгармаска кирәк: әлеге үзгәрешләр белән бергә тормыш тәҗрибәсе, сабырлык, башка бик күп күркәм сыйфатлар тупланган, ә аларның кыйммәте күпкә әһәмиятлерәк!

Климакс чорында күзәтелә торган психо-эмоциональ киеренкелекне җиңәргә ярдәм иткән берничә киңәш бирәсем килә.

1. Бу чор белән бәйле булган проблемалар үзеннән-үзе үтәр әле дип ышанып йөрү ярамас – вакытында табибларга мөрәҗәгать итү бик мөһим. Еш кызып китү, кисәк кәеф алышыну яки депрессия күренешләре ешайса, һичшиксез психолог ярдәменә мөрәҗәгать итү зарур.
2. Табиб билгеләгән дәвалану чараларыннан тыш, саф һавада актив ял итү, мөмкин булган спорт төрләре белән даими шөгыльләнү, сәяхәтләр, һич тә булмаса, җәяү йөрү кешенең психологик халәтенә уңай йогынты ясый.
3. Дөрес туклану, бу чорда артык ябыктыра торган диеталар белән мавыкмау, витаминнарга бай, балансны һәм режим белән туклануны оештыру күпкә отышлы булыр. Көн режимын да тәртипкә салсагыз, йокысызлыкка каршы гаять яхшы чара булачак.
4. Психологик киеренкелектән котылу максатында төрле релакс күнегүләрен кулланырга мөмкин, бу җәһәттән аутотренинг, йога һәм башка шундый техникаларны атап булыр иде. Махсус сулыш күнекмәләре дә, борчылуны киметеп, тынычландырырга сәләтле.
5. Үзегезгә мөмкин кадәр күбрәк уңай эмоцияләр туплагыз! Җаныгызга рәхәтлек бирә торган шөгыльләргә вакыт табарга тырышыгыз. Күңелегезгә хуш килгән кешеләр белән аралашыгыз, яхшы китаплар укыгыз, кызыклы фильмнар (комедия жанры булса бигрәк тә яхшы) карагыз! Онытмагыз – сез тормышның яна баскычына күтәреләсез. Анда бәхетле булу-булмау бары үзегездән тора!

«ИХТЫЯР КӨЧЕН КУШАМ...»



Айсылу ГАЛИЕВА

Мәдинә Равил кызы Сабирҗан – «Вкусная еда» ҖЧҖнең генераль директоры, «Казан күчтәнәче» проекты җитәкчесе, Казан шәһәр думасы депутаты.

Мәдинә Сабирҗанның төп эшчәнлеге корпоратив туклану белән бәйле. Аның 200 кешедән торган коллективы зур-зур предприятиеләрдә көн саен бишәр мең кешене тукландыру белән мәшгуль. Төп керем китерә торган эше шул Мәдинә ханымның. Шулай да аның эшчәнлеге өч тармактан тора: беренчесе – корпоратив туклану булса, икенчесе – отель-музей (ул хакта соңрак иркенләп язармын), өченчесе – «Казан күчтәнәче» проекты. «Соңгы икесе күбрәк күңел кушуы буенча, иҗади амбицияләремне тормышка ашыру өчен барлыкка китерелде», – ди эшмәкәр үзе.

«Казан күчтәнәче» проекты – тәмле ризыклар аша татар мәдәниятен, татар кухнясын популярлаштыру. Тәмле күчтәнәчләр белән кунаклар Казан тарихына, татар тарихына караган тарихи фактлар, танылган кешеләр турында да мәгълүмат ала. Мәдәниятебезне популярлаштыруның гади һәм уңышлы юлларының берсе бу. Проектның киләчәген якты итеп күрә Мәдинә ханым: аны Казан белән генә чикләмичә, федераль киңлеккә, хәтта халыкара аренага чыгару хыялы белән дә яши. «Бизнесны ир-ат эше дисәләр дә, мин үзем аны хатын-кыз эше дип саныйм. Ул кунакчыллык белән бәйле. Әйе, кунакны хатын-кыз кабул итә, хезмәт күрсәтә, аңа уңайлы мохит тудыра. Дөньяга матурлык алып килә», – ди Мәдинә ханым.

Матурлык дигәннән, Мәдинә Сабирҗанны 2007 елдан хәтерлим икән. Француз хатын-кызларыдай ыспай, нәзакәтле, стильле яшь ханым, «Нечкәбил» конкурсында катнашып, әниләр турында, гаилә турында бик тәэсирле чыгыш ясаган иде. Әнисен фаҗигале рәвештә югалткан Мәдинәнең чыгышы беркемне дә битараф калдырмаган иде. Ул вакытта туризм өлкәсенә аяк басып кына килгән ханым белән менә ундүрт елдан соң кабат очрашу насыйп булды.

Очрашуны алда телгә алып узган «Отель-музей»да билгеләде ул. Миславский урамындагы ике катлы йортның беренче катында «Казан күчтәнәч»ләреннән авыз итәргә мөмкин, ә икенче катында шәһәр кунаклары өчен номерлар тәкъдим ителә: «Дворян», «Хан», «Сәүдәгәр», «Ретро», «Язучылар», «Лофт» номерлары... Исемнәреннән үк күренеп тора, беренчесе XVIII гасыр дворян йорты интерьеры стилендә бизәлгән, шул чор ширмасы (агачка челтәр тарттырылган), иске Казанны чагылдырган картиналар, аңлатма язулары да бар, заманча ваннада шәм формасындагы яктырткычлар яна. Хәтта иске мич тә сакланып калган. «Хан» номерына үтәбез. Тукылган келәм, шәмаилләр, диварда Сәхибгәрәй белән Сөембикә портретлары, Казан ханлыгы тарихыннан мәгълүматлар... Сандыкка кадәр бар! «Сәүдәгәр» номеры моннан 150 еллар элек сәүдәгәрләр туктала торган кунак йортын җанландыра. «Ретро» номерында совет чорына кереп чумасың. Һәр номер тулысынча үз темасын чагылдыра. Идея авторы да, дизайнеры да Мәдинә Сабирҗан үзе булып чыкты.

Сөйләшүебез эш, сәясәт, хәйриячелек турында гына түгел. Гаилә, әти-әниләр, балалар турында да. Мондый Мәдинә Сабирҗанны белүчеләр сирәктер.

> *«Сәламәт булып, гаиләңне бәхетле итәр өчен, үз акылыңа хуҗа була белергә кирәк».*
>
> (Будда)

– Гаиләдә мин – иң өлкәне. Әтиәни безне: «Олысын тәрбияләсәң, аннары алар бер-берсен карый», – дигән принцип белән тәрбияләде. Миңа игътибар күбрәк булгандыр. Бик иртә укый башладым, әни дә, әти дә минем белән күбрәк шөгыльләнде. Мәктәптә дә башкаларга караганда әйбәтрәк укыдым. Балачакта игътибар күбрәк булган саен, бала белемлерәк, акыллырак буладыр, миңа калса. Сеңлем туганчы, күпмедер вакыт Кабулда яшәп алдык. Хәтергә уелып калган бер вакыйга: әти һәм әни белән дуканнан (кибеттән) чыгабыз, 20–30 метр гына читкә китәбез һәм... кибет шартлый. Шушы вакыйгадан соң әни белән безне әти СССРга кайтарып җибәрде. Куркыныч чор булса да, анда яшәгәнебез алай ук куркыныч булып истә калмаган. Илдән килүчеләр белән очрашып, аралашып, төрле бәйрәмнәр үткәрәләр иде. Шул еллар истәлеге: әти, әни һәм мин пьедесталга басып төшкән аклы-каралы фотосурәт, «Әти, әни, мин – спортчылар гаиләсе» бәйгесе иде ул. Шул вакытта алган бүләгемне – машина наклейкаларын бик озак

Теләсә кемне алдап була, ә үзеңне һәм үз намусыңны алдап булмый.

саклаганым хәтердә. Яшел борчактан бушаган калай банкаларны чиләк итеп уйнаган вакытта наклейкалар затлы бүләк булган инде...

«Уйлары, эшләре һәм сүзләре гармониядә булган кеше генә бәхетле була».

(Махатма Ганди)

– Әти белән әни Казан дәүләт финанс һәм икътисад институтын тәмамлаганнар, шунда укыганда танышканнар. Әни баш бухгалтер булып эшләде, ләкин аның өчен гаилә һәрвакыт беренче урында иде. Әни безне елга бер тапкыр диңгезгә алып бара иде, Россия шәһәрләре буенча да шактый йөртте. Санкт-Петербургка бару бәхете ул чакта бөтен кешегә дә тимәгәндер – безгә эләкте. Чып-чын хатын-кыз иде ул. Кунакчыл, ачык күңелле. Өйдән кеше өзелми иде безнең: кем генә, кайчан гына килеп кермәсен, юкны бар итеп өстәл әзерләп куя белә иде әни. Җырларга бик ярата иде. Өйдә гел көйләп йөри: ашарга әзерләгәндә дә, савыт-саба юганда да. Бөтен совет җырларын белә иде ул. Кайвакыт моңсурак җырлар көйли дә, башын читкә борып, күз яшьләрен сөртеп ала, күңелсезләнеп кала... «Ни булды?» – дип сорасаң, моңлы җыр бит, дип кенә җавап бирә. Сәбәбен 13 яшемә җиткәч кенә белдем. Әниемә тугыз ай булганда ятим калган икән ул. Мәдинә әбием бик яшьли лейкемия белән авырып киткәч, аңа табиблар бәби табып карарга киңәш итә. Файдасы гына тими. Өч кызын ятим итеп, Мәдинә дәү әнием вафат була... Дәү әтием, өч кызын алып, Казанга чыгып китә. Күпмедер вакыттан соң бер балалы укытучы ханым белән таныша. Кавышалар, уртак уллары туа: алар биш бала тәрбияләп үстерәләр. Ул әбием турында газетага да язганнар әле – өч баланы тәрбиягә алып батырлык кылган дип. Дәү әнигә әнием дә, аның туганнары да



Фото: Марат Могыйнов

Буш вакытым булса, йә белемемне камилләштерәм, йә яңа проектлар үзләштерәм.



■ «Хатын-кыз инициативалары» Татарстан региональ иҗтимагый хәрәкәте рәисе Татьяна Ларионова белән.



■ Отель-музейда тукталучылар үзләрен антиквар салонында итеп хис итә. Киштәләрдә – борынгы Казан истәлекләре.

бик рәхмәтле иде, әмма шулай булса да, әнием Мәдинә әбиемне дә бик сагынгандыр. Минем исемем дә аның истәлегенә кушылган бит.

Үсмерчакка кергәч, бер хыял барлыкка килде. Имеш, без инде гаиләле, балаларыбыз йөгереп йөри. Әни безне кунакка чакырган – иркен өстәл тирәли тезелешеп утыргынбыз, фарфор аш савыты куелган, әни безгә шуннан токмачлы аш бүлә... Бу күренешне бик еш күз алдына китерә идем мин. Ә аңа чынга ашарга язмаган... Сеңлемә – 16, энемә 5 яшьтә чакта әни фаҗигале төстә һәлак булды. «Ничек инде? Ә аш?..» Кайгылы хәбәрне ишеткәч, беренче уем шул турыда булды...

Әнине озатканнан соң тормышым икегә бүленде. Әниле тормыш һәм аннан соңгы тормыш. Беренче елда без көн саен зиратка йөрдек. Әни янына... Ул чакта медицина институтына укырга кергән сеңлем төшенкелеккә бирелде – аны да сакладык. Миңа бу вакытта 22 яшь, инде үземнең улыма яшь ярым иде. Өйдә миннән кечерәкләр дә бар бит әле: аларны кайгыртырга, карарга кирәк иде. Мин үз эчемә бикләндем, шул ук вакытта бик күп укый башладым, сорауларыма җавап эзләдем. Психологияне дә күп укыдым, дини әдәбиятны да, философияне дә – бер ел эчендә гомер буе укымаганны укып чыктым. Ни дисәләр дә, хатын-кыз чынлап та гаилә тоткасы, гаиләдәгеләрне ул бер йодрыкка җыеп, җыйнап тора икән: әни китеп баргач, без бер-беребездән күпмедер дәрәҗәдә ерагайдык кебек. Юк, юк, дуслар без. Аралашабыз, бер-беребезгә ярдәмләшеп яшибез.

> *«Даһилык – ул 1 процент илһам һәм 99 процент түгелгән тир».*
>
> (Томас Эдисон)

– Әтием эшмәкәр бит. Аңардан миңа булдыклылык, эшмәкәрлек таланты, корыч ихтыяр күчкән. Ул өйдә сирәк булса да, аның тәрбиясендә үстек. Әти мине тимераякта, велосипедта йөрергә өйрәтте. Бервакытта да бирешмәскә өйрәтте. Бер яктан, бәлки, дөрес тә эшләмәгәндер – кыз балага көчсезрәк булса әйбәтрәктер... Ул миндә ихтыяр көче тәрбияләде. Исемдә, әти тимер юл вокзалы белән елга порты арасындагы дамбага йөгерергә чыга торган иде. Кайчакларда безне дә үзе белән ияртә. Тимер юл вокзалы янынннан йөгереп китә, елга портыннан урап, кире кайта – бертуктамый йөгерә. Ә без, арып, туктыйбыз – акрын гына атлап барабыз. Әтидән: «Син ничек арымыйсың соң, ничек хәлең бетми?» – дип сорыйбыз. «Хәлем бетсә, ихтыяр көчен кушам», – дип әйтә иде. Менә шул кагыйдә гел озата бара мине. Бәлки, ул ихтыяр көче булмаса, бизнеска кереп тә китмәгән булыр идем, кем белә. Мин 13 яшемнән эшлим. Беренче эшем – типографиядә капталлар – китап төпләгәндә кулланыла торган тасмалар ябыштыру булды. Әти, акча җиңел бирелми, җиңел килми дип тәрбияләде. Студент чакта да (мин читтән торып укыдым) гел эштә булдым. Шулай да миндә акча культы юк, акча – максат түгел, ул инструмент кына.

Әти тәрбиясеме, белмим, хәтта өйдә дә тик кенә утыра алмыйм – нидер эшләргә кирәк. Авырсам гына диванга сузылып ятарга мөмкинмен. Узган ел ковид белән чирләп алдык. 14 көн өйдә утырасы бит: йөри ала башлагач, моңарчы кулым җитмәгән шкафларны җыештырдым... Вакытны гел файдалы итеп үткәрергә тырышам. Менә хәзер дә яңа проект әзерлим. Алдан ук сөйлисем килми, шуны гына әйтәм – ул хатын-кызларга белем бирү белән бәйле.

> *«Аллаһтан сәламәт тәнеңә сәламәт акыл сора».*
>
> (Ювенал)

– Әнием ягыннан дәү әниемнең үги икәнлеген 13 яшемдә генә белгәнлегемне әйттем инде. Ләкин ул барыбер яраткан дәү әнием булудан туктамады. Аларга гел кунакка бара идек: ул һәрвакыт ачык күңелле, ан-

да һәрвакыт кунаклар булыр иде, балалар, бергәләшеп, шунда җыелыша идек... Ә әтиемнең әнисе Мөнирә әбием корырак иде. Ул үз йорты белән яши, без аңа мунча кирәргә барабыз. Мөнирә әбием, олыгая башлагач, Коръән укырга, намазга өйрәнде. Миңа да догалар өйрәтте. Ашлар уздырганда, зиратка йә мәчеткә баргач кына түгел, өйдән чыкканда – адым саен «бисмилла» әйтергә кирәклеген белеп үскәч, балаларымны да шуңа өйрәтәм. Шул кыйммәтләрне сеңдерергә тырышам. Улларым Аллаһның барлыгын, берлеген, начарлык кылмаска кирәклеген белә, Аллаһ барысын да күреп тора дип ышаналар – безне күзәтә, безне саклый, безнең догаларны ишетә дип.

Тормышыбызда булган һәрнәрсә – безгә сабак, сынау. Очраткан һәрбер кеше – безнең өчен укытучы. Яхшылык та, яманлык та үзеңә әйләнеп кайта дип ышанам. Кешенең үзенә белгертеп эшләсәң дә, белгертмәсәң дә. Бер акыл иясенең мондый сүзләре бар: «Кеше артында кылган гамәлләр Аллаһ күз алдында кылына».

«Кемдер бәхет эзли, кемдер аны үзе тудыра».

(Жорж Санд)

– Улларым бик мөстәкыйль. «Кашыктан» гомердә дә ашатканым юк – тиз генә әзерлим дә бирәм. Өстән-өстән генә аңлатам, күрсәтәм – аннары үзләренә тапшырам. Башкасына вакытым юк. Балаларымның яшь аермасы – 17 ел. Аларның икесен ике әни тәрбияли шикелле тоела миңа кайчак. Гадел туганда үзем дә бала гына идем әле. Нибары 20 яшьтә! Өченче курста укыганда, вакытыннан алда сессияне ябып, имтиханнар биреп чабып йөргәнемне хәтерлим, чөнки бәби табар вакытым җиткән иде. 19 яшьтә кияүгә чыктым: элек бу табигый иде, студент туйлары гадәти хәл иде. Әлбәттә, улымны күтәреп тә йөрдем, авырганда дәваладым да, уйнаттым да, йоклаттым да – әниләр эшләргә тиешле эшләрнең барын да эшләдем. Тик бу уен кебек иде, курчаклы уйнаган шикелле. Ә кечесен – Ранилне тапканда мин өлгергән әни идем инде. 35 тә, 37 дә әни булуга башкача карыйсың икән. Бала белән үткән һәр минутның кадерен беләсең. Бала янында була торган вакытым бик күп түгел, ләкин аны файдалы итеп уздырырга тырышам. 37 яшьтә инде бала өчен үзеңнең үрнәк булуыңны аңлыйсың. Балагызны тәрбияләмәгез, үзегезне тәрбияләгез, дип әйтәләр бит әле. Бала – ул синең копияң, син нинди, бала да шундый булачак.

Беләсезме, бер генә балам булганда күбрәк үзем турында гына уйлый идем шикелле. Ул чакта улым белән күбрәк булырга кирәклеген аңламаганмын. Ә кечесе белән бөтенләй башкача. Кайчак хәтта командировкага барганда да үзем белән алырга тырышам. Ял иткәндә дә балалар белән бергә булырга телим. Кечесе кайвакыт эшкә дә ияреп килә: мин эшемне башкарганда ул янымда йөри. Зурысы өченче курста укый инде, быелдан башлап миңа булыша – эшли башлады.

Әнисенең истәлеге итеп әнием миңа Мәдинә исеме кушкан, дидем бит, кече улыма Ранил дип кушуым эти белән әни исемнәрендәге хәрефләрне кушып килеп чыкты: Равил–Наилә. Әни белән элемтәне шулай итеп булса да саклыйсым килде... Әнисез дә калдым, кыз әнисе булырга да язмаган икән... Улыма кадәр бер баламны югалттым. Кыз бала иде... Аны югалтканнан соң: «Кем булса да ярый, исән генә булсын», – дип теләдем. (Ранил «Алла биргән» дигәнне дә аңлата икән – *А. Г.*)

«Остазын уздыра алмаган шәкерт кызганыч».

(Леонардо да Винчи)

– Бишбалтадагы 15 нче татар гимназиясендә укыдым. Күпме генә гаилә турында сөйләсәм дә, шәхес буларак формалашуда мәктәп зур роль уйнады. Тел, әдәбият, тарих, мәдәният – барысы да мәктәптә салына, мәктәптә бирелә. Активист, отличник совет укучысы идем бит. Конкурсларда да катнашам, класстан тыш чараларда да. Мәктәптә салынганнар әллә ничә ел узганнан соң да килеп чыга: «Казан күчтәнәче» проекты, отель-музейдагы тематик номерлар, шәһәр тарихы белән кызыксыну да – мәктәп тәрбиясенең нәтиҗәсе. Сәясәткә килүем, андагы активлыгым да мәктәп елларыннан башлангандыр. Хатын-кыз сәясәтчеләр дә кирәк бит. Ир-ат көрәш өчен яратылса, хатын-кыз дөньяны камилләштерү өчен җибәрелгән. Хатын-кыз – ул тудыручы, яңа тормыш бирүче, барлыкка китерүче. Аңа табигать тарафыннан күп итеп матурлык, энергия салынган. Шул энергияне дөрес итеп куллана белергә генә кирәк.



РЕКЛАМА ХОКУКЫНДА

ЭШ – ИҢ РӘХӘТ ЯЛ

Нәкыя апа – язучы, драматург, Г. Тукай исемендәге Дәүләт премиясе лауреаты, Татарстанның халык язучысы Аяз ага Гыйләҗевның хәләл җефете. Өч улының газиз әнисе, фикердәше... Тагын ул аның бүгенге көндә барлык әсәрләрен, архивын цифрлы форматка күчерүче дә. Бу хезмәтнең зурлыгын шунда ук күз алдына китерү дә мөмкин түгел.

Беренче тапкыр компьютер артына алтмыш яше тулганнан соң гына утыра Нәкыя апа.

– 1996 елда безгә Аязның туган ягында – Зәйдә коттедж бүләк иттеләр. Районның ул чактагы башлыгы Рәшит Хәмәдиев: «Кайтыгыз, торыгыз, иҗат итегез», – диде. Мәктәптә утыз ел татар теле укытып, мин шул елны – алтмышым тулгач кына эштән киттем. Зәйне бик яратып яшәдек: бакчалар утырттык, теплица тоттык... Әмма Казанны да сагына идек – ике елдан артыкка түзмәдек... 1998 елның көзендә кире кайттык. Үз йортың белән торуның мәшәкатьләре шактый бит: аларсыз дөнья бушады. Балалар безнең эшсез тора алмаганны яхшы белә. Төпчек улыбыз Рашат беркөнне компьютер күтәреп килеп керде. «Әни, бу синең кулыңнан киләчәк, өйрән!» – ди. Әле компьютерларның да дефицит чаклары. Эшеннән Булат дигән егетне мине өйрәтергә җибәрде. Бик әйбәт белгеч ул – компьютер буенча берәр соравым булса, әле дә аны чакырам. Булатның әнисе университетта эшли иде. «Үземнең әнине ике ай өйрәттем, ә Нәкыя апа бер атнада барысын да истә калдырды», – дигән ул аннары Рашатка...

Ярый, басарга да өйрәндең ди. Ә нәрсә басарга соң? «Әтинең язганнарын цифрлаштырырга тотын – моны барыбер кайчан да булса эшләргә кирәк булачак», – ди Искәндәре. Повестьларыннан башлый: «Эзләреңне эзләдем», «Берәү», «Өч аршын җир»... Әмма өйрәнчек барыбер өйрәнчек бит инде: улы Искәндәр кызы Галияне гимназиягә китергәндә дә, алып кайтканда да әнисе янына сугылып чыга ул көннәрдә: Нәкыя апа җыйган текстларны папкаларга урнаштыра.

– Дөрес сакламасаң, йота дип әйтәләр иде бит – шуннан курка идем. Әмма компьютерда басу миңа бик ошый иде! Рашат принтер да китерде – шунда ук кәгазьгә чыгарып та барам. «Аяз, карале, ничек җайлы!» – дия идем. Әмма ул бу кәгазьләрне кулына алмады – компьютер торган бүлмәгә дә кермәде. Үз чоры үткәнен аңлап шулай борчылды бугай. Ул вакытта куллары басарга тыңламый иде инде. Әгәр Аяз иҗат иткән чорда компьютерлар булса, ул тагын никадәр яңа әсәр язарга өлгергән булыр иде дип үртәләм...

Әсәрләрдән соң чират архивка җитә. Иренең язучы, Тукай премиясе лауреаты Ибраһим Салаховка язган хатларын басудан башлый. Аннан мәхәббәтләренең чишмә башына – аның үзенә язган хатларына күчә. Менә ул хатларның берсеннән кыска гына өзек: «Нәкыягә. 1955 ел, 26 август. Урта Багraж.

Нәкыя! Сөеклем!

Уйлыйсыңмы? Иртәгә юл. Әллә нинди усал төшләр кочагыннан аерылып уянам да, уйланып ятам. Инде һәммәсе дә уңышлы гына булсын иде дә, мин дә, тынычланып, «уф» дияр идем. Иртәгә юл. Уңайлы гына укырга керә алсам, сиңа телеграмма җибәрермен. Әгәр керә алмасам... Бу турыда уйлавы да куркыныч. Нигә инде артык борчылырга? Синең хакта бик еш уйлыйм, бик сагынам...» (Аяз Гыйләҗев, «Сайланма әсәрләр», 2 нче том, 279 бит.)

Хәбәрдар булмаганнар өчен: Аяз ага кемгә генә язса да, күчермәсен алып калмыйча, хатны иясенә җибәрмәгән – ә ул чакта әдипләр арасында хатлар алышу гадәти күренеш булган. Һәр ел ахырында унике ай буе язган хатларын бер китап итеп төпләп тә барган.

– 2002 елның 13 мартында Аяз мәңгелеккә күчте... Аны югалтканнан соң компьютер янында тагын да күбрәк утыра башладым. Көнгә 10–15, хәтта 20 шәр бит басканым булды. Авыр түгел – күчереп кенә басам бит... Кайчан да булса боларны китап итеп чыгарырмын дигән максатым да юк иде. Төнге уникедән иртәнге сәгать дүртләргә кадәр утырам кайбер көннәрдә. Аяз да күбрәк шулай төнлә яза иде... «Бу эш миңа нәрсәгә?» дигән уй ялгыш та башыма кермәде. Куанып басам! Күңелемнән Аяз белән сөйләшә-сөйләшә... Гомеремне озынайта, сәламәтлегемне арттыра торган бер шөгыль булды ул миңа...

Ә аннан Нәкыя апаның ишегән: «Аяз Гыйләҗев турында докторлык диссертациясе язарга телим», – дип, КФУның татар әдәбияты кафедрасы доценты, галимә Миләүшә Хәбетдинова ачып керә. Язучының бай архивын күреп шакката, һәм Нәкыя апаның аны инде цифрлаштырып та бетергәнен белгәч: «Боларны бит китап итеп чыгарырга кирәк!» – ди...

Аяз Гыйләҗевның алты томын чыгарырга рөхсәт алырга ирешү – үзе бар тарих. Иренә булган ярату, хөрмәт хисләре, аның иҗатының зурлыгын, тирәнлеген аңлау барлык ишекләрне дә ачтырган... Калын-калын ул томнар инде күптән китап киштәләрендә. Һәрберсе 600–700 бит тирәсе! Томнарны фәнни яктан әзерләргә, билгеле бер тәртипкә салырга Миләүшә Хәбетдинова булышкан – ул томнарны төзүче дә, текст, искәрмә һәм аңлатмаларны әзерләүче дә, фәнни мөхәррир дә.

Быел ноябрь аенда Нәкыя апага 85 яшь тула. «Аяз миңа тагын бер гомерлек эш калдырып китте», – дип елмая ул. Әсәрләре, архивы – һәммәсе компьютерда җыелган, флешкаларга күчерелгән, «жесткий» дискта сакланган. Ә компьютер артына көн саен ук булмаса да, ул әле дә утыра: газета-журналлар өчен мәкаләләр яза, хатирәләрен барлый... Хатирә дигәннән. Аяз Гыйләҗев әсәрләрен төрекләргә танытучы тәрҗемәче Фатих бәй Кутлу аңа 100 сорау төзеп биргән. Алар барысы да әдип, аның тормышы, иҗаты белән бәйле. Нәкыя апа соңгы вакытта шул сорауларга җавап язу белән мәшгуль булган.

– Кайсы сорауга – 2-3 җөмлә генә, ә кайсына 30 ар битлек җавап яздым. 500 биткә якын җыелды. Фатих аларны китап итеп чыгарырга җыена. Үткән гомер – аккан су... Нигә ял итмисең, диләр миңа. Ничек була икән ул ял итү – урын өстенә менеп ятумы? Гел эшләп тормыйм: китап укыйм, телевизор карыйм, намазымны калдырмыйм... «Эшем барса, миңа иң рәхәт ял шул», – дия иде Аяз. Минем өчен дә эшли алудан да рәхәт нәрсә юк...

Гөлнур САФИУЛЛИНА



– Мин язу машинкасында гомер буе бастым. Аязның – үзенең, минем үземнеке бар иде. Караңгы бүлмәдә тора иде ул: баскан тавышың аннан өйдәгеләргә ишетелми, комачауламый... Компьютердан аермалы буларак, шактый тавышлы да иде әле ул язу машинкалары. Аяз язган әсәрләрен редакцияли – төзәтеп чыга, аннары миңа тапшыра. Кабат-кабат үзе басып утырырга мөмкинлеге юк иде аның – күңелендә туган яңа әсәрләре көтә... Язучы хатыннарының барысы да минем кебек ирләренә булышты дип әйтә алмыйм. Шәүкәт Галиевнең хатыны Фәридә генә аның шигырьләрен теркәп куя иде. Аннары башкаларда Аязныкы кадәр архив та юк бит... Бүген компьютерда текст җыюны язу машинкасында хәреф җыю белән чагыштыра торган да түгел. Аны бүгенгеләр күз алдына да китерми. Машинкада ялгыш бер хата ясасаң да, кәгазеңне ертып ташларга һәм барысын да өр-яңадан башларга кирәк иде. Кабат ялгышсаң – кабат яңадан башларга... Кәгазен кую үзе генә дә күпме вакытыңны тоткарлый иде.

Фото: Анна Арахамия

ТАУ ТҮБӘСЕ

Гөлнур
ХӘСӘНШИНА

– Чемодур авылы янындагы бу тау башында кыш көне басып торырга яратам. Бөтен дөнья акка күмелгән чагында. Ул аклыктан күзләр камаша, ә суларга шундый рәхәт… Фирдәүс Мөхәммәтҗанованың сүзне бөтенләй мин көтмәгән яктан – матурлыктан, хисләрдән башлавына бермәл аптырап калам. Аның һөнәре романтика белән бәйледер дип берничек күз алдына китермәгән идем. «Азнакайнефть» нефть һәм газ чыгару идарәсенең катлам басымын саклау операторы ул.

– Әнә теге күл буендагы скважиналар да минеке. Каршыдагы тау битендәгеләр дә… Шундый матур җирләргә урнашканнар, әйеме? Язын бары шушы урында гына умырзаяларны күрергә була. Шәмәхә төсләләрен, акларын… Ландышлар исә бик күп – бөтен җирдә үсәләр. Вакыт табып фотога төшерергә өлгер генә… Мине Татьяна беренче эш көнендә менә бу чокыр ягына җибәргән иде. Сөйләрмен әле… Ә ерактагы насос станциясен күрәсезме? Шунда кадәр җәяү барып йөрим мин. Каршы яктагы тауга таба юл менеп китә әнә – Бөгелмә юлы ул. Бирючевка товар паркы шул якта – су КНСка шуннан килә инде…

Нефть тармагында эшләрмен дип уена да килмәгән була Фирдәүснең. Бөгелмә техникумын тәмамлаганнан соң, юллама белән Актүбә сыр-май заводына эшкә җибәрәләр аны. Язмыш чакыруы да алып килгән икән – шушы бистәдә Илһамын очрата. Булачак иренең педагогика институты дипломы белән мәктәпкә эшкә кайткан чагы була. Яшь гаилә Актүбәдә төпләнә: бүген дә бистәнең һәр почмагын яратып, якын итеп яшәп яткан көннәре әнә.

Фирдәүс декрет ялында утырганда сыр-май заводы ябыла – ул эшсез кала. Балалар бакчасына урнашырга туры килә. Берәү булса сөенер иде: җылы, җайлы, уңайлы урын – хатын-кыз өчен менә диган эш, дияр иде. Ә ул җанына тынгы тапмый – иртән торгач балалар бакчасына таба атлыйсы килмичә аптырый. Яратмаган эштән дә зур газап юк бит ул…

Бер күрешкәндә гаилә дуслары сүз арасында: «Азнакайнефть»кә оператор кирәк, тик ир-атны алырга телиләр», – диләр. Ә Фирдәүс барыбер тәвәккәлли. Һәм аны кире бормыйлар!

– Эш көне бездә бик иртә башлана: иртәнге алтыда автобус көтә идем инде. Бригадада танышлар да бар булып чыкты: Татьяна Камалова, Наилә апа, Рузалия, Наташа… Мине эшкә Татьяна өйрәтте. «49/37 нче скважина ерак түгел – чокыр аша гына. Шунсыннан башларсың да, калганнарын да карап кайтырсың», – диде. Кая барырга тиешлегемне картада күрсәтеп, схемасын да ясап бирде. Киттем… Кыш уртасы бу – чаңгысыз барып җитә торган җир түгел. Чокырдагы скважина янында поши очрады – аннан куркып карга чумдым. Дөресен әйтәм, елап та алдым… Кире кайтканда, тагын юлыма чыкмасын дип, әйләнечтән киттем. Татьяна мине югалткан – телефоннар тотмый бит. «Мин инде сине эзләргә чыкмакчы идем», – ди. Скважиналарның бары берсенә генә барып җитмәвемне белгәч, мастерга: «Бу кыз эшләячәк!» – диде…

Фото: Анна Арахамия



Башкалар шуның аркасында урманга якын да килмәгән талпан белән дә көн саен очраша операторлар.

Фирдәүснең бик катлаулы эшен гади генә итеп ничек аңлатыйм икән? Нефтьне суырту – аны өскә калкыту өчен нефтьчеләр катламнарга су, төрле реагентлар кудырталар. Әмма моны җир астындагы бөтен кара алтынны алып бетерү түгел, ә җир катламнарын саклау максатыннан да эшлиләр. Су исә җир катламнарына югары басым астында кудыртыла. Операторның бурычы – шушы процессның өзлексез эшләвен тәэмин итү.

Ә хәзер, беләсезме, нәрсәне күз алдына китерегез. Салкын кара көз. Аяк асты туңдырырга – беренче кар төшеп дөньялар яктырып китәргә әле иртәрәк. Үзәккә үтеп җил исә. Аста – үзәндә җилнең ачылыгы бу кадәр сизелми дәдер, бәлки, ә монда, тау башында бөтенләй башкача исә ул. Күңелгә ниндидер шом салып агачлар шаулый. Күзгә төртсәң күренмәслек караңгы. Көн яктырырга әле бик озак – сәгать иртәнге җиде генә. Тирә-юньдә берничә чакрымда бер җан иясе юк – берүзең...

Юк, юк, Фирдәүс миңа боларның берсен дә сөйләми – ул эшенең авырлыклары турында, гомумән, сөйләми. Аның бер эш иртәсен үзем шулай күз алдыма китереп каравым гына. Кара көз икән, димәк, Фирдәүс хезмәт күрсәтә торган насос станциясенә әле юл юк вакыт диген сүз дә – ул җәяү атларга тиеш. Иртән – биш чакрым, кичен кирегә тагын шуның кадәр. Башта япан кырдан, аннан урман аша ялгызы... *Күңелемнән нәтиҗә ясыйм – оператор бик кыю булырга тиеш. Дөресрәге, батыр!*

Аның эш көне насос станциясе яныннан башлана. Әмма килдең дә ишекне ачып кердең түгел: башта бөтен куркынычсызлык кагыйдәләрен үтәргә кирәк – вентиляторны кабызырга, агрегатларның ничек эшләвен тыңларга... Ә сез монда нинди тавыш икәнен белсәгез! Шул шаулаган тавышта ниндидер хилафлык бармы-юкмы икәнен аңлау өчен генә дә никадәр тәҗрибә кирәк!

– Товар паркыннан килгән су, насос станциясендә тармакланып, югары басым астында су кудыргыч скважиналарга чыгып китә. Без шушы скважиналарны карап торырга тиешбез. Миндә алар утыз өчәү. Һәр көнне иртән исемлек бирелә – анда бүген ничә скважинада булырга, кайсы сүүткәргеч торбаларны карап чыгарга тиешлегем язылган. Сууткәргечләр тишелмәгәнме, су агып ятмыймы... Кышын моны ачыклау җиңелрәк, әлбәттә. Ул урында карның төсе үзгәрә – сап-сары булып чыга, иңә. Тозлы су агып ятканын да ерактан ук исеннән сизәсең – бигрәк тә

Көтелмәгән хәлләр килеп туганы юк. Бер тапкыр да! Куркынычсызлык кагыйдәләре бездә төгәл үтәлә.

җил шул яктан иссә. Җәй көне җыелып торган судан чамалыйсың – гел бер сукмаклардан узгач, кайда яңгырдан соң су җыела, кайда юк икәнен бик яхшы беләсең. Яз көне, өстә каты кар ятканда гына мондый урыннарны ачыклау авыррак: кар астында су агамы, юкмы – бер караудан күренми... Бернәрсә дә гомерлек түгел бит – сууткәргеч тишелгән икән, мастерга хәбәр итәбез. Экскаватор килә, казый, ямый – бригададагы ир-атлар шушы эшләр белән шөгыльләнә.

Су кудыргыч скважиналар режим буенча эшли. Геологлар ай буе күзәтәләр һәм нефть дөрес юнәлештә «аксын» өчен безгә кайсы скважинаны ачарга, ә кайсын ябарга тиеш икәнлеген әйтәләр. Оператор башкарырга тиеш эшләрнең кайсы аерата мөһим икәнен аерып кую да авыр. Һәрвакыт югары басым белән эшлибез: ул насосларда да, задвижкаларда да югары. Басым тиешле дәрәҗәдән артып китсә, нәрсә буласын күз алдына китерү дә куркыныч... Көчәнеш тә 1000 вольттан да зуррак бездә. Болар янына насос станциясендәге тавышны, көчле вибрацияне дә кушсаң... Күкертле водород белән эш итәргә туры килүен дә искә төшерсәң... (*Әйе, оператор үз вазыйфаларын биш бармагы кебек яхшы белергә, һәр адымда бик игътибарлы булырга: эшен төгәл оештырырга, бернәрсәне дә онытмаска тиеш – аның ялгышырга хакы юк! – Г. Х.*)

Әмма яратсаң, эшнең авыры булмый! Һәр көнне иртән килгәч, скважиналар, задвижкалар белән исәнләшәм, «Исән-сау тордыгызмы?» – дип сөйләшеп алам. Кырда тагын кем белән сүз алышасың? Кайчак кайбер задвижкалар «елый». Без аларны шулай «елый», «тирли» дип сөйләшәбез... Тамчы-тамчы «күз яшьләрен» агызып утыра икән, аларына: «Җитәр инде, туктагыз, еламагыз», – дисең. Тыңлаган чаклары да була... Әйе, агарга түгел, тамарга да тиеш түгелләр. Төче сулысы тамса бер хәл әле – тирә-юньдәге үләннәргә файда гына, ә калганнары, бигрәк тә күкертлесе куркыныч...

Насос станциясе, скважина тирәләрен тәртиптә тоту – җәен тирә-юньдәге үләннәрне чабу, буяу да безнең өстә. Хәтта буяуның да үз тәртибе бар: күкертле скважиналарны – сарыга, тозлы сулысын – яшелгә, төче сулысын зәңгәр төскә буйыйбыз...

Фирдәүснең сөйләгәнен тыңлаганда аның көн дәвамында байтак чакрымнар җәяү узуын чамалагансыздыр инде. «Ун чакрым да була, унике дә, кайчак унбиш тә», – дип җавап бирә ул сүз арасында гына минем бу хактагы соравыма, әмма ялгыш та «арыта» дими. (*Мин бу урында оператор һөнәре турында тагын бер нәтиҗә чыгарам – ул түзем булырга тиеш. Бер көнгә, ким дигәндә, ун чакрым... Ә бит Фирдәүснең ирегә эшкә урнашканына инде ун ел була – шушы вакыт эчендә җәяү ничәмә-ничә чакрым юл узды икән ул?!*) Аннан тагын дәвам итә:

– Эшебезнең иң зур плюсы – без һәрвакыт ачык һавада. Табигатьтә! Аның бөтен матурлыгын күрәбез. Фасыллар алмашуын: язгы беренче бөреләрне, аларның яфракка әйләнүен. Иң беренче чәчәкләрне! Көн саен диярлек кояш чыгуын, кояш батуын күзәтәбез. Мин үзем шәфәкъны фотосурәткә төшерергә яратам. Аларны бөтен дусларыма да җибәрәм. Миннән гел открытка кебек шундый табигать күренешләре килә инде аларга: йә ак чәчәккә күмелгән шомыртлар, йә бәскә төренгән каеннар...

Ә нинди генә кош-корт, җанвар очратмыйбыз без монда?! Әле быел менә урман эченнән барам шулай. Кинәт 50 метр тирәсе алда гына ниндидер хәрәкәт күреп туктап калдым. Ике бурсык чыккан! Алар, гадәттә, көндез бик күренмиләр дә, диләр. Видеога төшерергә дә өлгердем үзләрен. Операторларның күбесе: «Безнең бурсык очраткан юк иде әле», – диделәр...

Селәүсен белән дә күзгә-күз карашкан бар. Сууткәргеч буенча бара идем. Бер якта кыр юлы, ә мин урман читеннән атлыйм. Бер-ике метр алда – үлән арасында песи күреп алдым. Кайдан килеп адашкан бу монда, дип, «пес-пес» дип чакыра башладым. Торып басты! Селәүсен баласы! Икебез ике якка чаптык... Бездә селәүсеннәр дә барын ул чакта белми дә идем әле. Кыш көне аның эзен башка эз белән бутамыйсың – ул гел бер генә юлдан йөри. Аннары карашы сизелә: агачлар арасыннан, арттан кемдер карап торган кебек. Безгә: «Сак булыгыз, карап йөрегез –

янына якын бармагыз», – диләр. Элек эшләгән апалар да уратып узарга яки кире китәргә куша. Аларга бүреләр дә очраган чаклар булган, хәзер күренмиләр.

Тагын нәрсәләр очрыймы? Куяннарны еш күрәсең. Үзе куркак булса да, сине дә куркыта: каядыр куак астында посып утыра да, якынлашкач кына кинәт йөгереп чыгып китә. Сискәнеп куясың...

Кыр кәҗәләре бар. Аларның матурлыкларын белсәгез! Тик фотога төшереп өлгереп булмый – бик тиз чабып күздән югалалар. Пошилар да күренә. Алар, гадәттә, берәм-берәм генә йөри. Көзен алар белән очрашмау хәерлерәк, диләр. Безнең бригададагы Светлананың әтисе дә гомер буе оператор булып эшләгән. Тимергә ачкыч белән сугып, үзенә ташланырга җыенган пошины куркытканы булган аның – шул тавыш кына өркетә икән аларны. Тау астындагы 77/75 нче скважина тирәсендә бер поши яши. Берүзе генә ул. Әллә шуңа инде, кайчакта елый. Тавышы күңелгә шом сала...

Фирдәүс турында хезмәттәшләре: «Ул безнең 3 нче бригаданың иң тырыш, иң җаваплы операторы, – диләр. – Аның насос станциясенә кайчан килсәң дә – идеаль тәртип, ә үзе исә гел бал корты кебек эштә: йә нидер буйый, йә җыештыра... Зур гаиләдә үскән: әти-әнисе хезмәт белән тәрбияләгән. Бригадада без унбер кеше – һәркайсыбызның үз насос станциясе, үз вазыйфасы. Бары Фирдәүс кенә безнең һәркайсыбызны алыштыра ала. Әле яңа насослар урнаштыралар менә кайбер станцияләргә. Фирдәүс инде шул яңа технологияне биш бармагы кебек белә – үзлегеннән өйрәнгән. Катлаулырак эш чыкса да, Фирдәүсне җибәрәбез. Безгә гел килеп торган комиссияләр каршында да күбрәк ул җавап тота. Аңа безнең һәрберебезнең сере сыя. Хатын-кыз буларак та сокланабыз: бик тәмле пешерә, кул эшләренә дә оста. Китаплар укырга да вакыт таба әле ул».



Фирдәүс хезмәт күрсәтә торган насос станциясе урнашкан тау түбәсеннән тирә-юньгә әле иртәнге утлар янганда карасаң, бөтен Актүбә күренә. Бөгелмә аэропорты күренә! Карабаш бистәсе, җәйрәп яткан авыллар... Искиткеч матур күренеш! Кайчакта күз Актүбә ягына көндез дә төшә. Алай-болай төтен-мазар күтәрелсә, Фирдәүс шунда ук ире Илһамның телефон номерын җыя: «Әтисе, бистәдә тәртипме анда?» Илһам Илсиярович – Актүбә муниципаль берәмлеге Башкарма комитеты җитәкчесе. Бер ул, бер кыз үстергәннәр. Уллары Санкт-Петербургта, хәрби академиядә белем ала, кызлары Ләйсән – мәктәп укучысы. Гаиләсендә аңлау булмаса, хатын-кыз мондый эштә эшли алыр идеме икән?

– Фирдәүснең эше җаваплы да, катлаулы да, авыр да икәнен беләм, – ди Илһам. – Тик бит ул аны авыр дип кабул итми. Ярата! Моның сере дә миңа билгеле. Табигать баласы ул! Әнә шул урман-кырлардан, басулардан энергия алып кайта. Ябык, кысан бүлмәдә утырып эшли алмый. Балалар бакчасында да эше әйбәт иде, җибәрергә дә теләмәделәр, ә ул: «Миңа производство булсын!» – диде... «Татнефть»кә эшкә урнашкач, кабат парта артына утырды – нефть техникумын тәмамлады. Укып кына бөтен эшне белә алмыйсың – тәҗрибә кирәк, ә Фирдәүснең тәҗрибәсе бар инде хәзер. Ул барысына да өлгерә: кайсыдыр скважинасы янына ашыкканда табигатьтәге берәр матурлыкка тап була да, хәзер шуны төшереп җибәрә. Без дә күрсен диюедер инде...

Фирдәүс – урманчы кызы. Чирмешән районы Бәркәтә авылы янындагы бөтен урманнар таныш аңа. Әтисе белән печәнгә йөргән, әнисенең әнисе – Сания әбисе белән ул урманнарда кура җиләге, җир җиләге, чикләвек, балан, шомырт җыйган. Бөтен гөмбәне таный. Кайсы үләнне кайчан җыярга икәнен белә. Әйе, урман-кырлар – аның дөньясы.

– «Эшемне яратам!» – диюемә ышанып бетмәүчеләр дә бар. «Әллә никадәр акча түләсәләр дә, бу эшкә гомеремдә дә барасым юк! Япан кырда берүземме? Яңгырда, карда, буранда?!» – ди кайбер хатын-кызлар. Ә миңа, чынлап та, ошый! Янәшә торган ике скважинам бар – аларны «игезәкләр» дип йөртәм: шуларны яратам. Миндә ике насос станциясе, аның берсе коңгырт төскә буялган – «шоколад», дим анысын. Ышанасызмы, иртүк эшкә шуларны сагынып киләм! Өстә махсус кием, яңгыр явып торса – плащ, резин итекләр. Телефон күп вакыт тотмый – элемтә юк. Ә мин җырлый-җырлый атлыйм. Үзем генә булганда җырларга яратам. Кырда, тау түбәсендә җыр, беләсезме, ничек матур яңгырый!

Фирдәүс бәхетле елмая.

Ә мин күңелемә чираттагы нәтиҗәне язам: *оператор бераз хыялый да булырга тиеш.* Әйе, теләсә кайсы тау түбәсенә юл хыяллар аша салына.

РЕКЛАМА ХОКУКЫНДА

PRESSA

ҮЗЕНЧӘЛЕКЛЕ БАЛАЛАР ГАЛӘМЕ





Мәдинә
АВЗАЛОВА

Балада аутизм билгеләре нәни чагыннан ук сизелә башлый. Диагнозны никадәр иртәрәк куйсаң, шуның кадәр нәтиҗәле.









Фото: Анна Арахамия



■ Светлана Салихова:
– Тормышка яраклашу, җайлашу күнекмәләрен үтмәгән аутист балалар, җитлеккәч, психотерапия интернатларының пациентларына әйләнәләр. Аларның гаиләдән тыш аралашу мөмкинлекләре гаять чикле. Балаларның ялын оештыручы компания хезмәткәрләре дә андый бала белән ничек эшләргә кирәклеген белмиләр. Чөнки бездә бу мәсьәләне хәл итәрдәй дәүләт программасы юк. Кызганыч, без андый балаларны үз арабызга кертергә әзер түгел...

Бу – башка дөнья. Анда – бөтенләй икенче тормыш. Биредә психик тайпылышлары булган балаларны өр-яңадан яшәргә өйрәтәләр. Безне үзәк эшчәнлеге белән таныштырып йөрүче җитәкченең әледән-әле: «...баланы үз-үзен тотарга өйрәтүдә кулланма анализ методы...» – дип кабатлавының мәгънәсенә тора-бара төшенәбез. Аутизмны яки аутистик спектрның бозылуын әлегә бары әнә шул ысул белән генә җайга салырга, тәртипкә китерергә була икән. Ә бу ысулның (кыскача АВА) эксперты, республикабызда шушы юнәлештәге бердәнбер белгеч, халыкара конференцияләр спикеры, үзенчәлекле бала әнисе, әлеге дә баягы Светлана Айдын кызы Салихова. Күнекмәләр өчен бөтен кирәк-ярагы булган чиста-якты бүлмәләрдә кайсы ни белән мәшгуль булган балалар турында сөйләгәндә ул бер генә мәртәбә дә «авырулар» дигән сүзне ычкындырмады.

«Кызыл әләм». Аутизм билгеләре

Аутистик спектрның бозылуы, какшавы (РАС) – үсеш чорындагы үзгәрешләрдә, сөйләшү, аралашу кытлыгында чагыла. Аутизм кинәттән барлыкка килми, аны йоктыру да мөмкин түгел. Күпләр уйлавынча, ул әти-әнидән тормый. Баланы тиешенчә карамаганга дип уйларга да кирәкми. Бала шулай туа. Дөрес, фаразларның төрлесе бар: әйтик, геннар үзен сиздерә, йөкле чагында әни кеше йогышлы вирус йоктыра яисә антидепрессантлар кабул итә, нәселдә мондый очрак булганнар өчен дә куркыныч арта. Ләкин моның сәбәбен әлегә беркем дә төгәл генә әйтә алмый.

– Бала бишектә чагында, дүртбиш айдан ук күренә башларга мөмкин ул, – дип дәвам итә җитәкче. – Әти-әниләргә махсус тәкъдим ителгән «Кызыл әләм» – аутизм билгеләре, бу очракта нәрсәгә игътибар итәргә кирәклеген күрсәтә. Әйтик, баланың карашы сәер, елмаймый; тугыз айда тавышка реакциясе юк, дәшкәнгә җавап бирми яисә йөзе үзгәрешсез кала; гадәттә, унике айда бала инде үзенчә былдый, ишарәләр ясый башлый, ә монда – юк; төртеп күрсәтү ишарәсе юк (18 ай); 2 яшендә хәтта ике сүзне дә укмаштырып әйтә алмый; үзенә өченче затта мөрәҗәгать итә; гел бертөрле хәрәкәтләр ясый; зур яшьтә булуына карамастан, сөйләшми, социаль күнекмәләре юк.

Димәк, «Кызыл әләм» – ул сигнал! Баланы ашыгыч рәвештә белгечләргә күрсәтергә кирәклегенә җитди сигнал! Биредә соңарырга ярамый. Кемгә күрсәтергә, кемнән ярдәм көтәргә? Психиатрларгамы? Әйе, психиатрларга... Чит шәһәрдән килеп, баласын шушы үзәк белгечләре карамагына тапшырган Марина әйтмешли, югыйсә «тәмугның тугыз түгәрәге»н йөреп чыгарга туры киләчәк әниләргә.

– Балама бу диагнозны яшь ярымда куйдылар, – ди Марина үткәннәргә кайтып. – Ә аңарчы... Кайда гына булмадык, нинди белгечләргә генә күренмәдек. Соңгы баруыбызда невролог көтеп торырга кушты. «Барысы да рәтләнер. Вакытлыча бу», – диде. Ә нәрсә көтәргә? Хәлнең тагын да катлауланганынмы? Бер танышым психиатр Илнур Сабировка күренергә киңәш итте. Ул карауга ук балагызда аутизм, диде...

Хәзер бу мәсьәләдә берни белмәгән шарлатаннар белән дөнья тулган. Күбесе шулар кармагына килеп эләгә дә. Үзәккә кабул итүләре дә безнең өчен зур бәхет. Көненә дүртәр сәгать шөгыльләнәбез. Бала берни дә өйрәтүгә бирелми иде. Утырта, нәрсәдер күрсәтә башласаң, кычкыра, ярсый иде. Бүген ул карышмыйча гына өстәл артына утыра, психологы белән сәгатьләр буе теләп аралаша, сөйләшергә өйрәнә. Әкренләп алга барабыз. *(Ул канәгать елмаеп куя.)*

Диагноз куелганнан соң бала өчен дә, ана өчен дә зур һәм катлаулы эш башлана. Тукталышны белми торган бу әйләнешкә килеп эләгәсең икән, артка борылып карау юк. Югыйсә бөртекләп җыелган уңышлар күз алдында юкка чыгачак. Шуңадырмы, биредәге күнекмәләрне онытмас өчен, хәтта әниләрнең үзләренә дә АВА методикасы буенча дәресләр алып барыла. Тәҗрибә туплар өчен, аларга үзәктә балалар белән эшләү мөмкинлеге бирелә. Сахалин өлкә-

РЕКЛАМА ХОКУКЫНДА

«Яңа Планета» АВА-үзәге»н башка регионнарда да, чит илләрдә дә беләләр. Беләләр һәм ярдәм сорап киләләр.



Гөлшат Хәлилова: – Аутизмлы балаларны коррекция мәктәбенә кабул итәләр итүен, тик бездәге шикелле игътибар гына юк. Һәркайсы үз карамагына куелган.

сеннән килгән Алла да – шушы төркемдә. Дөнья читеннән килгән әни кеше бөтен кирәкле белгечләрне бер урынга туплаган шушындый үзәкләрнең бик сирәк булуын иң зур проблема дип атавы, әлбәттә, аңлашыла. «Яңа Планета» дип аталган «АВА-үзәктә» балалар белән илледән артык белгеч шөгыльләнә. Аларның эшчәнлеген экспертлар, супервизорлар, кураторлар күзәтә. Әлеге үзәкнең җитәкчесе Светлана Салихова интернет аша бу темага халыкара конференцияләрдә катнаша. Алай гына да түгел, Америкада яшәүче ватандашыбыз, супервизор-суперпрофессионал, «Үзенчәлекле балалар» китабы авторы Ольга Мелешкевич белән дә интернет аша аралашып, файдалы киңәшләр алып, онлайн-курслар үтеп тора алар. Әйе, чаралар төрле һәм киңкырлы. Әмма без шунысын кисәтергә тиеш: боларның барысы да баланы булдыра алганча тормышка яраклаштыру өчен эшләнә. Аны дәвалау мөмкин түгел.

Соңгы өмет, соңгы ышаныч

Әле кайчан гына башланган эшнең шундый колач алуына гаҗәпләнеп, хәйран калып әңгәмәдәшемне тыңлыйм. Үз башыңа төшмәсә, кеше хәсрәтен берәү дә белми. «Балабызда шундый билгеләр күренә башлауга ук, башыма килгән беренче уй – аутизмлы балалар өчен үзәк ачу турында булды». Чаллыдан Казанга күченеп килүләр, 2019 елның 28 декабрендә «Үзенчәлекле балалар. Татарстан» коммерцияле булмаган автоном оешма ачып җибәрүләр... Ул чактагы борчулы, тынгысыз көннәр турында Светлана хәзер шөкрана кылып искә ала. Бүген әнә шул оешма җирлегендә даны еракеракларга таралган «Яңа Планета АВА-үзәк» эшләп килә. Әйтүләренә караганда, инде декабрь аена төрле яшьтәге 75 баланы исемлеккә керткәннәр. Бирегә эләгү зур проблемага әверелеп бара. Һәм аңа киләчәктә дә ихтыяҗ кимемәячәк. Мәгълүматларга гына күз төшереп алыйк: ВОЗ белешмәләренә караганда, аутистик спектрдагы үзгәрешләр (бозылышлар) 160 баланың берсендә күзәтелә. (АКШта – 56 баланың берсендә). Игътибар итегез, елына бу сан 13 процентка арта. Татарстанда алар 2000 гә якын. Шуның 700 е – Казанда. Андый бала белән индивидуаль шөгыльләнү кирәклеген искә алсак, бу сан аз түгел...

Яшәү күнекмәләре

АВА методикасы эксперты Гөлшат Хәлилова, ара-тирә әңгәмәбезгә кушылып, яныбызда бөтерелгән кыз һәм малайларның әле берсе, әле икенчесе белән аралаша. Әнә, бәләкәй кызчыкны кечкенә өстәл артына утырта да, кәгазьгә төрле сурәтләр төшерә башлаган нәни «рәссамны» канәгать калып күзәтә башлый. Әйе, биредә баланың кулына карандаш алуы да зур уңыш! Тыңлата белү, әйткәнне ишеттерә белү, үзеңә карата белү, баланың билгесезлеккә төбәлгән карашын үзеңә юнәлтә белү...

Моның өчен үзенә бер утрауны хәтерләткән бу йортта Светлана Айдыновна тарафыннан уйлап чыгарылган проектлар искитәрлек нәтиҗәләр бирә. Дәресләр һәр бала өчен яшенә карап, индивидуаль оештырыла. Журналга билгеләр куеп барган белгечтән ни эшләве турында кызыксынабыз. Баладагы үзгәрешләр турында белешмә җыелу икән. Үсеш күзәтелә икән, программага шундук төзәтмәләр кертелә. Зуррак яшьтәге балалар өчен оештырылган классларда (үзләренчә әйтсәк, АВА-мәктәп) да шул ук ысул кулланыла. Алар арасында интеллекты яхшы булган, башкача әйткәндә, типик булмаган аутистлар да бар. Сирәк булса да, бар. Андыйларны сәламәт балалар укый торган мәктәпкә әзерлиләр. Ә интеллектуаль сәләте кимегән һәм менталь тайпылышлары булган балалар коррекция мәктәбендә укыйлар. Менталь тайпылышы булган балалар өчен махсус физкультураны тәҗрибәле белгечләр алып бара. Аутизмлы яшүсмерләр өчен үзара аралашырга, дуслашырга өйрәтә торган яшүсмерләр клубы, эмоциональ үсешендә үзгәрешләр күзәтелгәннәр өчен «Инклюзив корабль», тормыш күнекмәләре һәм мөстәкыйльлеккә (киенү, ашау-эчү, өйне тәртиптә тоту, гигиена саклау, көн тәртибе булдыру) өйрәтү максатында оештырылган «Без үсәбез!» күнегү фатиры һәм башкалар... Әти-әниләр өчен «Барысы да контрольдә!» дип аталган проект та уңышлы гамәлдә.

Үзәктә балалар үзләрен иркен, нәкъ менә иркен тоталар. Урамдагы, йә булмаса йорт ишегалдындагы шикелле, аларны күрүгә берәү дә читкә тайпылмый. Биредә алар барысы да бертөрле. Үзәктәгеләр аларның бөтенесен дә бертигез күрә, ярата һәм ничек бар шулай кабул итеп, ул сабыйлар өчен мең дә бер йозаклы тормышның бусагасын атлап керергә, бернигә карамый яшәргә өйрәтә.

ИРЕМ ТАШЛАП КИТМӘСМЕ?

Төпчек улыбызга 6 яшь. Биш айлык вакытында ДЦП диагнозы куелды. Бу хәбәрне авыр кабул итсәк тә, сынауны ирем белән бергә күтәрергә, хәлебездән килгәнчә улыбызны дәваларга хәл иттек. Беренче елларны шулай булды да ул. Ләкин хәзер иремнең баладан читләшкәнен сизәм: игътибар итми, җаваплылыктан кача, бала белән уйнамый, урамга чыкмаска сәбәп таба. Авыру бала тәрбияләүнең никадәр авыр булганын үзе бу юлны үткән кеше генә аңлар... Хатынын бала белән ялгыз калдырып гаиләдән киткән ирләр турында ишеткән бар. Хатын-кыз – ана бит: сабыр итә, түзә. Бәлки, ир кешегә мондый сынау аша узу авыррак биреләдер. Иремне элеккеге халәтенә ничек кайтарырга икән? Улыбыз белән араларын ничек якынайтырга? Берәр көнне ишекне ябып китеп баруыннан куркам...

Исемемне күрсәтмәвегезне үтенәм.

Илназ МИНВӘЛИЕВ, җырчы:

– Һәр гаилә үзенчәлекле. Шуңа күрә бер гаилә киңәшләрен икенчесенә күчерер өчен бик күп нечкәлекләрне күздә тотарга кирәк. Күп әйбер ир белән хатынның нинди булуларына да бәйле. Мин үзем бар нәрсә дә хатын-кыздан тора дип уйлыйм. Хатын-кыз көчле булса гына бу сынауны үтәргә була. Алмазга 5 яшь булганда аны циркка алып барган идек. Шунда мәйдән тирәли роликларда йөрүче аюны күреп шаккаттык. «Аюны да роликта йөрергә өйрәтәләр бит, без баланы өйрәтә алмабызмыни?» – дип әйттем хатыныма. Алмаз спортның бик күп төрләре белән шөгыльләнде, велосипедны үзләштерде, тимераякта, чаңгыда йөрергә өйрәнде. Безнең өчен ул – сәламәт бала. Шуңа күрә таләпләрне дә бертигез куябыз. Таләпчән, кырыс әти дип әйтә алам үземне. Ничек кенә булса да, ир – ир булып калырга тиеш.

Динара МИНВӘЛИЕВА, Илназның хатыны:

– Бу дөньяга без сынау өчен киләбез. Көчле сынаулар көчле кешеләргә генә җибәрелә. Мөмкинлекләре чикле балалар бик күп игътибар сорый. Иң мөһиме: үзегез хафага бирелмәгез. Бу бала синең бәхеткә туган, дип әйтә иде әбиләр. Авыру бала ничек минем бәхетем була ала инде дип аптырый идем. Соңыннан гына улым аркылы тормышымның мәгънәсен аңладым. Үзегезне дә, балагызны да, ирегезне дә яратыгыз. Ирегез югалып калгандыр, аны бала белән шөгыльләнергә мәҗбүр итмәгез. Ирләргә авыру баланы кабул итәргә кыенрак – ул аның өметләрен аклый алмаячак бит. Ирегезне югалтудан курыкмагыз. Рухи тәрбия алыгыз һәм балагыз белән шөгыльләнегез. Үзегезнең көчле булуыгызны, бу авырлыкларны җиңәргә сәләтле булуыгызны күрсәтегез. Сездәге көчне сизеп, сездә таяныч күреп ул бала белән кызыксына башлаячак. Үзегез дә балагызны ничек бар, шулай кабул итегез, күбрәк шөгыльләнегез, балага өй эшләрен ышанып тапшырыгыз. Сезнең өчен ул сәламәт булырга тиеш. Син булдырасың, синнән бар да була дип үсендереп торыгыз.

Белгеч фикере



Лилия САФИНА, «Сердәш» психологик-педагогик ярдәм үзәге психологы

Беренчедән, сезгә рәхмәт сүзләре җиткерергә телим. «Бар да яхшы булыр, үзе җайланыр», дип күз йоммыйсыз, киресенчә, актив позиция аласыз. Гаиләдә бала туу – куанычлы вакыйга булу белән беррәттән, өлгергәнлек имтиханы да әле ул. Ә мөмкинлекләре чикле баланың туу – ныклыкка, зирәклеккә, кабул итүгә зур сынау. Бала турында кайгырту гадәттә әни җилкәсенә төшә. Шул ук вакытта әти һәм башка балаларга да авырлык килә, аларга да игътибар кирәк. Бала үсә төшкәч, аның яшь үзенчәлекләре белән бәйле үзгәрешләр дә үзен сиздерә башлый. Балагыз белән шөгыльләнүче белгеч булса, ул баланың яшь үзенчәлекләрен истә тотып, сезнең үзара аралашуыгызда яңа якларны ачарга ярдәм итәр, киңәшләрен бирер.

Һәр кеше ял итәргә, көч җыярга, үзен кадерле кеше итеп тоярга лаек. Сезнең гаиләдә һәр кеше үзен-үзе кайгыртамы яисә бу җаваплылык билгеле бер кеше өстендәме? Хисләрегезне ничек белдерергә күнектегез? Ирегез белән буш вакытыгызны ничек уздырасыз? Үзегезгә генә багышлый торган шәхси вакытыгыз бармы? Шушы сорауларга җавап биреп карагыз. Без, гадәттә, башкалардагы үзгәрешләрне тиз күрәбез, үзебезнеке сизелми. Бәлки, ирегез үзенә карата сезнең мөнәсәбәт үзгәргәнне тойгандыр. Сезгә кара-каршы утырып сөйләшү ярдәм итәр дип уйлыйм – аның зур таяныч, терәк булуын аңлатыгыз. Әлеге сөйләшү бер-берегезгә карата хөрмәт һәм ышаныч белән сугарылган булуы мөһим. Болар ярдәм итмәсә, гаилә психологына мөрәҗәгать итегез.

Дәрвиш режиссёр

«Алтын битлек» номинанты, Мәскәү, Санкт-Петербургның мәртәбәле сәхнәләре өчен спектакльләр куеп, Казаннан, яраткан Камал театрыннан аерылмаган яшь режиссёр ул. Узган гасыр ахырындагы татар авыллары тормышын сәхнәгә алып менеп, тамашачыларны хатирәләргә күмүче, Гаяз Исхакый әсәрләре аша тормыш фәлсәфәсе турында уйландыручы талантлы Айдар ҖӘББАРОВ белән сөйләшәбез.



Айдар, мин сине дәрвиш режиссёр дип атар идем. Син әле «Современник»-та, әле «Ленсовет»-та, әле Камалда, әле Әтнә театрында искиткеч спектакльләр куясың. Мондый иркле иҗаттан ләззәт аласыңмы?

– Холкым шундыйдыр инде, бер спектакль өстендә генә эшли алмыйм. Алар берничә булып, параллель барырга тиеш. Хәзер менә ике спектакль әзерлим. Берсе – «Современник»та Брехтның «Мамаша Кураж и её дети», икенчесе – Камалда Еникинең «Рәшә»се. Еники әсәрләре миңа Брехтны башка күзлектән карарга мөмкинлек бирә. Репетиция вакытында Брехтны уйлыйм. Ә Мәскәүгә киткәч, Еникидән ераклашам да, ул әсәргә башкача карыйм. Параллель эшләнгән спектакльләр берберсен тулыландыра дип әйтимме соң... Башкача эшли дә белмим. Шуннан энергия, ләззәт алам.

Синең бит башта актер буласың килгән. Эчеңдәге актерның кайчагында иреккә чыгасы килмиме?

– (*Көлә.*) Һәр режиссёрда актерлык табигате булырга тиеш дип саныйм. Режиссёр күрсәтүе дигән төшенчә бар. Ягъни ул сөйләп аңлатмый, ә сәхнәдә уйнап күрсәтә. Ә минем репетицияләрдә актер белән режиссёрны аерып та булмый. Кайвакыт спектакльне мин чыгарган кебек тә түгел. Репетицияләрдә тулысынча иҗат иреге. Дөрес, булачак спектакльне күзаллавым бар барын. Кулыма рупор тотып, команда гына биреп утырмыйм мин.

Иң яхшы остаз – рухландырган остаз, диләр...

– Әйе, әйе, әйе...

Әйткәнемчә, син Мәскәүдә билгеле театрларда саллы спектакльләр куйган режиссёр. Калырга чакыручылар да булгандыр. Казанга кайтуыңның сәбәбе нәрсәдә?

– Камал театры! Юк, ул мәҗбүри кайтармады, билгеле. Җаваплы мәхәббәт бу! Миннән элекке төркемдәшләрем дә: «Син Камалда нәрсә куясың?» –

дип сорамый, ә: «Айдар, театрда нинди эксперимент ясыйсың?» – диләр. Камал театры минем өчен – бөтен нәрсәне сынап карый торган ирек мәйданы. Дөрес, бу сынауларның барысы да уңышлы булачак дигән гарантия юк. Әмма алдан тоемлау бар.

Г. Исхакыйның «Тормышмы бу?» әсәрен куйганда сиңа әле 26 яшь тә юк иде. Моның кадәр тирәнлек кайдан килә синдә?

– *(Уйланып торганнан соң.)* Әйтә алмыйм. Мин шундый. Әмма тормышны башкалардан артык аңлыйм дип тә яшәмим. Китап укыганда йөрәккә нәрсә үтеп керә, нәрсәдән елый башлыйсың, нәрсә күңелгә тия, шуны башкалар белән уртаклашасым килә.

«Хуш, авылым» документаль спектакле үлеп баручы татар авылларындагы кешеләр турында. Материал җыйганда шәхсән үзең дә авыллар буйлап йөрдең. Чынлап та, татар авылларының язмышы мөшкел дип саныйсыңмы?

– Юк! Алай санамыйм! Күптән түгел китапханәгә бардым. Китапханәче апа белән сөйләшеп киттек, ул, мине белмичә, спектакль турында сөйли башлады. Андый чакларда миңа шундый рәхәт! «Ниндидер бала спектакль куйган, бик өметсез итеп ясаган», – ди. Мин килешмим. Геройлар үзләренчә бәхетле анда. Беренче репетициядә үк: «Бу Татарстан авыллары буенча реквием түгел», – дидем. Әлеге спектакль – XX гасыр ахырындагы татар авыллары эпохасын искә алу. Андый чор, андагы атмосфера башка булмаячак. Мин ул вакытлардагы авылларны күрдем, шуны башкаларга да күрсәтәсем килде. Хәзер икенче тормыш, башка заман. Авыллар да үзгәрә. Анда яшәүчеләр дә башка. Татар авыллары бетми ул, үзгәрә генә. Ә узган дәвер онытылмасын иде.

Куйган спектакльләреңнең охшаш яклары бар. Сәхнәдә – тоник ут, моңсулык, фәлсәфә... Бу синең холкыңа якынмы?

– Әйе, килешәм. Куйган спектаклең иң элек синең күңелеңә тиярга тиеш. Әгәр ул «тими», «яра салмый», дәртләндерми икән, аны эшләп тә торасы юк – чөнки башкаларга да тәэсир итмәячәк. Мин спектакльләрне менә шулай корам икән, димәк, миңа шулай якын... Һәр режиссёрның үзенчәлекле почеркы була, миңа ул хакта сөйләргә иртәрәктер әле. Бәлки, үз стилемне таба башлаганмындыр... Белмим... Юк, табылгандыр...

Айдар, инсценировкаларны, нигездә, үзең язасың. «Тормышмы бу?», «Санаулы кичләр», «Хуш, авылым», «Алмачуар»... Текст тәмен тоя, юллар арасын укый белә, диләр синең хакта. Илгиз Зәйниев кебек пьесалар язарга теләмисеңме?

– Юктыр... Бу хакта миңа беренче тапкыр әйтәләр. Әйе, башымда ниндидер сюжетлар бар. Аларны Илгизгә дә тәкъдим иттем. Әмма язып карарга уйлаганым булмады. Бик авыр хезмәттер ул. Әлегә юк, дип әйтәм...

Аңлавымча, Татарстанның гуру-режиссёры Фәрит Бикчәнтәев синдә башта ук режиссёр күргән һәм бу юлга басарга ярдәм иткән. Кайберәүләр мирасчы әзерли, диләр...

– (*Тыйнак кына елмая.*) Бу хакта миңа әйткәннәре юк. Уйлаганым да юк.

Театрыңны булдырасың киләдер бит. Утрак тормышка әзерләнәсеңме инде?

– Әкренләп әзерләнәм. Алдамыйм, тәкъдимнәр булды. Әмма экспериментлар ясарга, төрле труппа белән эшләргә энергиям дә, теләгем дә бик зур әлегә. Киләчәктә тыныч кына бер генә театрга хезмәт итәсе килә башлар ул.

Син инде 26 яшеңдә «Алтын битлек» номинанты булдың. 15 елдан соң киләчәгеңне ничек итеп күрәсең?

– Ул вакытка күңелемә бик якын булган бары бер генә труппа белән эшләргә иде инде.

Текст: Чулпан ГАЛИӘХМӘТОВА.
Фото: Анна АРАХАМИЯ. Видео: Булат ГАЗИЗУЛЛИН.
Видеоны карар өчен смартфонның камерасын QR-кодка якынайтыгыз.



БЕЗГӘ КАРАП ХАЛКЫБЫЗГА БӘЯ БИРӘЛӘР







Эльмира ЗАКИРОВА

Мәскәү тикле Мәскәүдә үзенә бер татар дөньясы бар. Ул – «Татар штабы». Башкаладагы татарларны бергә туплап, телне, милләтне, мәдәниятне, гореф-гадәтләрне саклау, яшьләрне татар дөньясына тарту, аларда үз милләтең өчен горурлык тәрбияләү кебек күркәм эшләр белән шөгыльләнә ул. Очрашулар, татарча аралашулар, тренинглар, өр-яңа планнар, проектлар... «Татар штабы» гөрләп тора! Һәм шул эшләрнең башында – һәркайсын колачлап юнәлеш бирүче, яңа эшләргә җилкендерүче, милләт язмышы, туган тел язмышы өчен янып яшәүче Рөстәм Фәиз улы Ямалеев тора. Искиткеч талантлы оештыручы, гаҗәеп киң күңелле җитәкче, беркемнең дә башына килмәгән масштаблы проектлар уйлап табып, шуны тормышка да ашыра белгән зур шәхес, чып-чын егет солтаны ул! Милләт киләчәген ул инде мәктәп балаларында күрә. Җәмәгать эшләренә тартыла торган зиһенле, иманлы, нык рухлы 12–14 яшьлекләр белән мәктәпләрдә татар җәмгыяте оештыру, Мәскәү янында татар бистәсе төзеп, татар мәктәпләре, клублар ачу хыялы белән яна. «Аулак өй»ләр, «Аксакаллар шурасы», «Татар мафиясе», «Гиппократ» клублары – барысын да колачлый ул. Һәм һәркайсында «мин татар» гыйбарәсе 100 тапкыр гына да кабатланмыйдыр! Менә шундый тренинг! Әйдәгез, Рөстәм ЯМАЛЕЕВның үзен тыңлыйк, бу затлы татар шәхесе белән якыннанрак танышыйк.



ТАМЫРЛАР Минем тамырлар Әгерже якларына барып тоташа, Салагыш, Ямурза, Мадьяр авылларына... Бабам белән әбием – Уразай авылыныкылар. Алар хәлле кешеләр саналган. Кирәксә, ат чакырта, килгән кешеләрне атка утыртып озата торган булганнар, юлчыларны кундырыр өчен йорт тотканнар. Мөхлисә Бубый, Иж-Бубыйдан килеп, бары бабайларда гына тукталган. Нурмөхәммәт бабамны бөтен тирә-якта «Шәкерт бабай» дип йөрткәннәр. Чөнки ул 30 лап татар авылы өчен бердәнбер гыйлемле шәкерт булган. Бабай шундый методика уйлап тапкан: дин тыелган заманнарда мунчада дин сабаклары укыткан, Коръәнне яттан өйрәнерлек итеп, бөтен аятьләрнең мәгънәсен аңлаткан. Мунчага килеп, Шәкерт бабай аңлатканнарны тыңлап утыручылар кайту белән намазга баскан. Ул намазны калдырырга ярамаганын сеңдерә алган. 14 ел яшәү дәверендә, әбием белән бабамның сигез баласы туган. Шул балаларының берсе – минем әти. Бабай 1941 елда сугышка киткән һәм шул китүдән кайтмаган. Ә Шәкерт бабай методикасын күп еллар дәвамында кулланганнар әле. Әнием Гөлҗәүһәр Шәех кызы гомер буе балалар бакчасы мөдире булып эшләде. Ягымлы, ипле-җайлы, зәвыклы кеше иде ул. Әтием Фәиз Нурмөхәммәт улы мин белә-белгәннән бирле җитәкче постларда булды. Аны Минзәлә районында зур совхозның директоры итеп куйдылар. Элек шундый тәртип иде бит: кайсы хуҗалык социалистик ярышларда алдынгылыкка чыга, җитәкчесен артта калган колхозларны күтәрергә җибәрәләр. Әти Воровский совхозында зур уңышларга ирешә, «Луговой» совхозын районда беренче итә, аннары Аю авылында электр кертә, юллар сала, яңа клуб ача... Барысын да өч айда эшләргә вәгъдә иткән 26 яшьлек председательгә ышанмыйлар әле башта, шаярта дип уйлыйлар. Ә ул сүзендә тора: ялт итеп башкарып чыга. Аюда клуб ачылышына хәтта Әлфия Афзалованы чакырып китертә. Җырчының «Ак чәчәкләр»не баянга кушылып җырлавы дә хәтердә әле... Ул баянны Казандагы Әлфия Афзалова музеена бүләк иттек... Менә шулай бөтенесе белән уртак тел таба белгән, энергиясе ташып торган кабатланмас шәхес иде әти. Аннары аңа иң катлаулы Ямашев исемендәге совхозны бирәләр. Николаевка авылында алты ел эшләү дәверендә ул 64 капиталь бина төзетте, салам түбәләрне бетертте, электр үткәрттерде, гараж, терлек комплексы, 16 фатирлы йорт салдыртты. Һәм «Ямашев» совхозы беренче урынга чыкты! Минтимер Шәрипович Шәймиевнең Минзәләдә «Сельхозтехника» директоры булып эшләгән еллары бу. Минем әти белән Минтимер Шәрипович дус булдылар. Шәймиевләр гаиләсе әти-әни белән гел аралашып яшәде, бәйрәмнәрдә безгә кунакка киләләр иде. Миңа исемне дә Минтимер Шәриповичның хатыны Сәкинә апа кушкан! Без Минзәләдә 12 ел яшәдек. Минзәлә районына Сабантуй бәйрәмен кертүче дә – минем әти! Хәтта рус авылларына да кертте ул аны. Чөнки үзе көрәшче иде. Тамада булып бәйрәмнәр үткәрергә оста иде. Түбән Камага күчеп килгәч тә Сабантуйлар оештыруда башлап йөрде. Татарстанда иң шәп Сабантуй Түбән Камада үтә торган булып китте. Әти истәлегенә Минзәләдә көрәшчеләр турниры оештырырга җыенабыз. Соңгы 26 елда ул Түбән Кама, Чаллы, Зәй, Алабуга районнары өчен халыкка көнкүреш хезмәте күрсәтү предприятиесенең генераль директоры булып эшләде. Гаҗәеп үзенчәлекле, кабатланмас шәхес иде ул. Үзе гармунда уйный, шигырьләр яза, оста шахматчы, йөгерү буенча республика чемпионы... Кыскасы, бар яктан да талантлы кеше!



БАЛАЧАК Балачагым Минзәләдә үтте. Фикрәт Әхмәтҗанович Табиевның ТАССР өлкә комитетының беренче секретаре чаклар. Ул Минзәләгә еш килә иде. Әти белән төннәр буе эш турында сөйләшеп утыралар. Ә безнең Бикбау авылында кунак өе бар иде. Мин 3 яшьтә чакта ук обком секретаре Табиев белән умарталыкта таныштым. Фикрәт абый оста балыкчы иде. Аның белән Ыкка балык тотарга төшүләр хәтердә. Кармагына селәүләрне мин куеп бирә идем. Ә берчак зур җәен аны чак кына күлгә сөйрәп кертмәде!..

Мин апам Лениза белән уйнап үстем. Безнең яшь аермалары өч кенә ел иде. Шуңа гел бергә йөрдек. Кайчак юктан да әлегешеп киткән чаклар да булды. Ул апа кеше булып акыл өйрәтмәкче, ә минем баш бирәсе килми. Лениза бәләкәйдән үк врач булам дип йөрде, һәм теләгенә иреште дә. Ә минем кечкенә вакытта шундый бер хыялым бар иде: зур машина аласым килде! Көннәрдән бер көнне әтине Түбән Камага генераль директор итеп күчерделәр (Ул анда 26 ел эшләде!). Җитәкче балалары булгач, кеше белә, таный иде безне. Шәһәр дә зур түгел бит. Шуңа бездә ниндидер җаваплылык булды. Әйбәт укырга, тәртипсезләнеп йөрмәскә, әти-әни йөзенә кызыллык китермәскә тиеш идек! Бу бит коммунистлар, партия заманы. Әти – партия работнигы. Ничек инде мин мәктәптә сугышып йөрим ди! Гел игътибар үзәгендә булдык, энә күзеннән үткәрәләр иде безне.



УКУ Мәктәптә вокаль-инструменталь ансамбль оештырырга кирәк иде. Җитмәсә, ул үзен-үзе финансларга да тиеш әле. 7-8 нче классларда үз ансамблебезне булдырып, комсомол өмәләрендә катнашып, төрле чаралар оештырып йөрдек – кичәләрдә чыгышлар ясый идек. Вокаль-инструменталь ансамбль мине тәмам үзенә йотты. Ул вакытта яшьләргә шул кирәк иде. Аннары дискотекалар китте. Менә шунда мин үземдә оештыру сәләте барлыгын аңладым. Ул комсомолда эшләгәндә дә чагылды. Башта – «Нижнекамскнефтехим»да комсомол оешмасы секретаре урынбасары, аннары беренче секретарь булдым. Чынлыкта мин комсомол белән яшәдем. Тәүлекнең 24 сәгате дә шул эшкә багышланган иде. Үз инициативам белән Чаллыга, Әлмәткә, Казанга чыгып китәм. Мәскәүгә китеп барам. Элемтәләр урнаштырам. Казанда – химия-технология институтында, Ярославльдә – икътисад институтында, Мәскәүдә ВКШда –

PRESSA

ВЛКСМның югары мәктәбендә алган белемнәрем исә ул сәләтемне тагын да үстерде.



УҢЫШ 1997 елда Мәскәүгә күчеп килгәч, Табиев оештырган «ДЛ-16» («Эшлекле кешеләр-16») якташлар клубы эшенә тартылдым. Кеше минутына 16 тапкыр сулыш ала – исеме шуннан килеп чыккан... Әлеге клуб башкалада яшәүче татар элитасын – танылган шәхесләрне, эшмәкәрләрне, сәясәтчеләрне, юристларны, табибларны берләштерә иде. Мин яшьләр белән эшләүгә җаваплы булдым. «Татарстан үз-үзен аямый эшли торган намуслы, тырыш кадрлары белән данлыклы», – ди иде Фикърәт Әхмәтҗанович, биредә дә үзләрен табуларын тели иде. Якташлар кичәсе башлануга, Табиев торып баса да, яшьләрне кыздыра башлый: «Кайда эшлисең? Нигә син начальник түгел?Ниләргә ирештегез? Син эшкә бер сәгатькә алданрак килергә тиеш, чөнки син Татарстаннан! Нигә арагызда депутатлар, олигархлар юк?!» – дип, республикабыздан килгәннәрнең зуррак уңышларга ирешүен теләде ул. «Безгә Мәскәүне алырга кирәк! Мәскәү безнеке булырга тиеш!» – дип канатландыра иде халыкны. Мәскәүне алу – бизнес белән шөгыльләнү дигән мәгънәдә бу очракта. «Эшмәкәрлекне үстерегез, баегыз. Арагызда депутатлар, министрлар булсын», – ди иде. Аның эш принциплары берничә иде: кадрлар, үзеңне аямыйча эшләү, бер-береңә ярдәм итү. Ул безне таркаулыкта гаепләде, Татарстаннан чыкканнар бер-берсенә булышмый, дип тәнкыйтьләде. Фикърәт Әхмәтҗановичның шул сүзләре дә тәэсир итми калмагандыр: Мәскәүдә төзелеш бизнесын ачып җибәргәч, Татарстаннан килеп урнашкан кешеләргә – көч структураларында эшләүчеләргә, табибларга арзанлы фатирлар алырга булыштык. Йөзләгән якташларыбызны сөендердек шулай.

Фикърәт Әхмәтҗанович, вафатына дүрт-биш ел кала, Мәскәүдәге якташлык җәмгыятен тулысынча миңа тапшырды. Без анда да, Түбән Камадагы сыман, милли мәсьәләләрне хәл итү, татар телен саклап калу өчен ниләр эшләп буласы турында сөйләшә, фикерләшә идек. Һәм шул максатлардан Мәскәүдә «Татар штабы» дигән оешма оештырып җибәрдек. 1997 елның 13 октябрендә аның беренче утырышына җыелдык. Штабның максаты – кадрлар сәясәтен, милли мәсьәләләр идеясен тормышка ашыру. Татар халкының телен, традицияләрен, мәдәниятен саклап калу һәм үстерү юнәлешендә зур максатлар куеп эшләүче фидакарьләрне үз тирәмә туплыйсым килде. Татар дигән милләт Кызыл китапка кереп калмасын өчен тырышабыз. Татар милләтенең бердәмлеген саклау да зарур бит! Казан татарлары да, мишәрләр дә, керәшеннәр дә – без бер халык! Без бүген моңарчы күрелмәгәнчә бердәм булырга тиеш. Менә шуннан башлап инде мин тагын шул милли дөньяда кайныйм. Аксакалларны, өлкән кешеләрне җыеп, аларга игътибар һәм ихтирам күрсәтү, яшьләр белән татар милләте, татар мәдәнияте турында сөйләшүләр... Кемнәр алар татарлар? Алар нинди булырга тиеш? Татар телен ничек саклап була? Безнең тарих нинди? Милләтебез язмышы нинди булачак? Мин очрашуларда үземнең методикамны сөйлим. Кайчак – 100, кайчак 150 кеше була анда. Каршымда бер татар утырса да, мин аңа кич буе сөйләп утырырга риза. Гаяз Исхакый, Мәрҗаниләрнең милләтне саклау принципларына нигезләнеп төзелгән методикасы минем күңелгә тирән сеңеп калган. Ниһаять, быел яз көне 10 мең тираж белән «Үз җиремдә – үз телем» дигән китап бастырып чыгардык. Ул татар телен, татар мәдәниятен саклауга багышланган, һәм анда иң лаек 110 кешенең фикере урнаштырылган. Ничә еллар буе күңелемдә йөрткән хыял иде ул китап! Минем тормышымда зур вакыйга, бу елның уңышы булды ул. Хәзер ул китапны тәкъдим итү кичәләре оештырабыз. Мәктәп укучылары, яшьләр, студентлар белән очрашабыз. Планнар зурдан: инде Мәскәү конгрессын оештыру белән мәшгульбез. Бу инде бөтенләй икенче мөмкинлекләр ачачак – Халыклар ассамблеясе, илчелек белән эшләү турында фикер алышабыз, киңәшләшәбез. Конгресс булгач, дәрәҗәсе башкачарак – югарырак булачак.



МӘХӘББӘТ Хатыным Рәмзия белән Түбән Камада комсомол тормышында кайнаганда таныштык. Мин дә, ул да комсомол секретаре. Комсомол өмәләрендә, төрле чараларда күрешәбез, яшьләрнең ялларын оештырабыз, яңа эшләр уйлап табабыз. Миңа идея өчен янып йөргән, актив, тынгысыз кызлар ошый иде. Яңа Чишмә районыннан килеп, сәүдә оешмаларының комсомол секретаре булган Рәмзия әнә шундый кыз булып чыкты. Яндырып эшли, әйткән сүзендә тора, нинди генә җаваплы эшләргә тотынсаң да, аңа таянып була. Шул сыйфатлары белән үзенә тарткандыр инде Рәмзия. Өйләнештек. Бер-беребезгә таяныч булып, бер-беребезне тулыландырып яшибез. Бервакытта да зарланмый. Балалар караулы, өй һәрвакыт чиста. Минем туганнарны бик якын күрә. Аеруча Лениза белән дуслар, серләре килешә. Өч балабыз бар. Илдарга 29 яшь, көч структураларында эшли, Әдиләгә 23 яшь, медицина институтында укый, 16 яшьлек Рената – мәктәп укучысы. Тормышта бөтен нәрсә мәхәббәткә корылган. Мәхәббәт – зур көч ул, аңлатып булмый торган халәт. Аны бизмәннәргә салып булмый.



ДУСЛАР Балачакта да, мәктәп, студент елларында да дуслар булды. Бөтен кеше үз ишегалды малайлары белән дуслашты, ә минем дуслар күрше ишегалдында, үз классыбызда түгел, күрше класста... Дуслык төшенчәсе бик катлаулы әйбер ул. Кайбер дуслар белән очрашып, сөйләшми генә дә утыра алам. Без сүзсез дә бер-беребезне аңлыйбыз. Ләкин дуслар күп була алмый. Балачак дуслары, мәктәптә, институтта бергә укыган дуслар – чын дуслардыр... Аннары инде бер-береңә ихлас ышанып ачыла торган дуслар калмый да. Үзара мөнәсәбәтләргә коммерция төсмере килеп керсә, ул инде дуслык булмыйдыр.



АКЧА Безнең финанс хәлебез күк канцеляриясе карамагында дип беләм. Аллаһы Тәгалә һәркемгә үзе белеп бирә ул. Мин үзем, акчадан өстен булып, идея, хыяллар белән яшәргә кирәк дигән фикердә. Без үскәндә үк гаиләдә акчага мохтаҗлык сизелмәде. Шуңа да карамастан, мин бик яшьли, студент чакта ук акча эшләргә тырыштым. КХТИда укыганда соңгы өч курста стройотряд белән төзелешләрдә эшләдем. 18 яшемдә үк инде мин ярыйсы гына хәлле яшь кеше идем. Үземә үзем киемнәр алдым, тормышымны кирәк-ярак белән тәэмин иттем. Югыйсә әти-әнинең дә миңа булышырлык кына мөмкинлеге бар иде бит. Юк, миңа үзем эшләү кыйммәт булды! 18 яшьтә Сәламәтлек комбинатына каравылчы булып урнаштым да, 19 яшьтә инде карьерамда очыш ясадым: җаваплы кеше дип, мине администратор итеп үстерделәр. Аннары Түбән Камага киттем, комсомолда эшләдем, 25 яшемдә зур идарәнең начальник урынбасары итеп билгеләделәр. Карьерамда менә шундый трамплин! Акчадан бигрәк, шунысы кызык иде миңа.



МАВЫГУ Миңа бокс бик ошый иде. Спортны сайлаганда яшьләр бит икегә бүленә: йә индивидуаль спорт тарафдарлары алар, йә коллектив спортка – футбол-хоккейларга өстенлек бирәләр. Мин – индивидуаль спортны якын итәм. Чаңгыда йөрергә яратам. Күп тапкырлар чаңгы ярышларында катнашканым булды. Тау чаңгыларында шуу да бик ошый миңа. Ауга чыгарга күпме генә чакырсалар да, менә анысына бер тапкыр да бармадым инде. Поши, куяннарга атып йөрү ошамый миңа. Сәяхәтләргә чыгып, төрле илләрдә булырга, яңа җирләрне карап йөрергә яратам. Йөзләп илдә булганым бар. Җир түгәрәк, безнең континент зур түгел... Көньяк-көнчыгыш Азия, Кариб бассейны, Бразилия, Мексика, Америка, дөньяның эреле-ваклы утраулары... Нигездә, барысында да булганым бар һәм бер генә дә түгел әле. Мин аяк басмаган җир юк бугай ул. Өйдә бер-ике ай утыруга, нидер җитми, каядыр чыгып китәсе килә башлый. Акча бу очракта – дөнья күрү мөмкинлеге ул. Мин беркайчан да бизнес-класста очмыйм, кыйммәтле отельләргә урнашмыйм, һәрвакыт эконом-классны сайлыйм. Халык белән аралашып, дөнья күреп йөрим. Тагын бер мавыгуым – ул театр. Мин студент елларыннан ук театрга гашыйк. Кайсы театрларда нинди спектакльләр барганын белеп торам. «Современник» театрының баш режиссеры Галина Волчек белән аралашулар миңа театр дөньясының яңа якларын ачты. Бер генә премьераны да калдырганым юк. Пандемиягә кадәр Мәскәүдә елына иллешәр спектакль карый идем.



КУРКУ Мин яшьтән үк беркайчан бернәрсәдән курыкмадым. Тәвәккәл булдым. Татар теле, мәдәнияте язмышы өчен дә курыкмыйм. Чөнки милләтпәрвәр яшьләр, эшне дәвам итүчеләр, фикердәшләр бар. Киләчәккә өмет белән карыйм.



ТАТАР ТЕЛЕ Минем башта яшьтән үк парадоксаль фикерләр кайный. Бар күңелем белән тоям: татар теле – иң матур тел ул! Безнең сөйләшүләр, мәкаль-әйтемнәр, җырларыбыз... Гаҗәеп матур бит! Татар әдәби телендә сөйләшү – үзе бер сәнгать, минемчә. Шул ук вакытта бер нәрсә күңелемне дә тырный: татар кешеләре нигә үз телләрендә сөйләшми? Татар була торып та нигә үз телләрендә аралашмыйлар? Яшьләр ни өчен үз телләре белән горурланмый? Ни өчен телгә карата җаваплылык юк? Мәктәпләрдә, училищеларда, яшьләр аудиторияләрендә, студентлар каршында еш чыгышлар ясыйм бу хакта. Туган телебез турында мөмкин кадәр күбрәк сөйләргә, аңлатырга, яшьләр арасыннан милли кадрлар әзерләүгә җитди игътибар бирергә кирәк.

Телне, мәдәниятне, традицияләрне саклау юнәлешендә эшли башлагач та, бу – минеке, миннән башка беркем алынмаячак, дип, яшьләр белән шөгыльләнә башладым. Азат Шәймуллович Зыятдинов минем укытучым, остазым булды. Нәрсә эшләргә, нәрсәдән башларга кирәген ул бик яхшы белә иде. Аның шәкерте Фәнис Усманов та бик булдыклы милләтпәрвәр иде. Без бергәләп туган телне ничек саклап калуның методикасын эшләдек хәтта. Мин Түбән Камада төркемнәр оештырдым. ТИҮ, «Азатлык»ларга карамый идек без. Башка идеология, башка тәрбия методлары иде бездә. Телне тренинглар, сөйләшүләр, инандырулар юлы белән саклап була. Татар теле өчен җаваплылык хисе тәрбияләү – ул үзеңә аерым бер таләпләр дә кую дигән сүз. Әйтик, татар кешесенең киеме дә, үз-үзен тотышы да, җәмгыятьтә тоткан урыны да, укуы да башкаларга үрнәк булырга тиеш. Чөнки ул – татар милләте вәкиле. Аңа карап, халкыбызга бәя бирәләр.

Һәркем яшьлегендә нәрсә турында булса да хыяллана. Әгәр Аллаһтан сорый белсәң, ул хыяллар тормышка аша, минемчә. Татарларның хыялы артык югары булуы белән аерылып тора. Ул ныграк тырышуга, күбрәккә омтылуга, зурракка ирешүгә нигезләнгән. Барлык өлкәләрдә дә.



ҮЗЕМ ТУРЫНДА Минем әти беркемгә дә охшамаган, бик тә үзенчәлекле кеше иде бит. Ә мин менә барыбер аның кебек булдыра алмыйм. Мин гадирәк, җир кешесе дип әйтимме соң...

Менә соңгы вакытта минем балачак, яшьлек хатирәләренә нигезләнеп, документаль фильм төшерү артыннан йөрибез. Андый бәхет кемгә эләккән әле: гаҗәеп уникаль гаиләдә үстем, чорыбызның зур шәхесләре белән балачакта ук аралашырга туры килде бит. Шәймиев, Табиевлар... Минтимер Шәрипович, Сәкинә апа яшь чакларында нинди булган, ул замандагы көнкүреш, табынга куелган ризыклар нәрсәсе белән җәлеп иткән... Менә шулар барысы да фильмда чагылачак. Кызык бит. Түбән Камада эшләгән елларымда инде мин профессор Азат Зыятдинов шәкерте идем. Үземне Николай Лемаев укучысы дип йөрдем... Ул еллар да кинокадрларга керер.

УРТАК ПРОЕКТ

ГӨР-ГӨР КИЛЕП ЯШӘҮ



Чулпан ГАЛИӘХМӘТОВА

– И-и-и, бәбекәйләрем, кайтып җиттегезме!

Актаныш якларында һәр өйдә әнә шулай тәмле тел, үзенә бер якынлык белән каршы алалар. Матур итеп сөйләшә, бусаганы атлап кергән һәр кешегә якты йөз күрсәтә белә бу як халкы. Пучы авылында яшәүче Зариповлар гаиләсе дә әнә шундыйлардан. Капка төбеннән үк – уллары, бусагадан – өй хуҗабикәсе Зәнфирә апа, түрдә – өй хуҗасы Мөхәммәтнәсыйх абый, аш бүлмәсендә йөгерә-йөгерә өстәл әзерләгән киленнәре каршы алды. Оныклар – үзләре бер бүлмәдә. «Кунаклар килгәндә аяк астында йөрмәгез» дигән тәрбия бетмәгән әле бу якларда. Тәрбияле, итагатьле балалар үстерүләре килеп керүгә үк сизелде. Зәнфирә апа якын туганнарыдай каршы алып, аралаша башлауның беренче минутларында ук үзенең җылысына төрде. Күгәрчен кебек гөр-гөр килде ул. Ирен дә, улларын да, киленнәрен дә мактап алырга өлгерде, безне дә көйләде.





// Зәнфирә Зарипова: «Безнең якта гел татарча сөйләшәләр. Хәзер интернет балаларга күбрәк рус теле өйрәтә өйрәтүен. Әмма рус телен белмәгән әбекәй белән татарча гына сөйләшеп була. «Әбекәй» сүзе үзе үк ана телендә сөйләшергә чакыра ул.

Бар әле...

Яшьлек дәрте сүнмәгән Зәнфирә апада – кызлар шаянлыгы, Нәсыйх абыйда (аңа исемен кыскартып әнә шулай диләр) егетләр дәрманы бар. 43 ел бергә яшәгән бу пар мөнәсәбәтендә шаянлык, юмор саекмаган. Өлкәннәр кебек фәлсәфә дә куертмыйлар, болай яшәргә, тегеләй яшәргә кирәк дип акыл да сатмыйлар, алар ничек бар – шулай. Һәрвакыт елмаеп-көлеп торучы Зәнфирә апа – Пучы, Нәсыйх абый биш чакрым ераклыктагы Чәчер авылыннан. Нәсыйх абый бу авылга 5 нче сыйныфка укырга йөри башлый. «Укуга килүгә шуның белән таныштым», – ди ул. Күп еллар бер-берсенә терәк булып яшәгәннәр генә «шуның», «моның», дип – үз итеп, гади итеп сөйләшә. Бу сүзләргә тыйнак һәм яшерен ярату салынган кебек. Ир белән хатын шулай дип сөйләшә икән, димәк, тормышлары начар булмаган.

– 7 нче класста парта артында бергә утырдык. 8 нче классны тәмамлаганда арттан килә башлаган иде инде. Мәктәп юлында шаярышып үтте инде балачак. Китапларда матур итеп язылган беренче мәхәббәт шул булгандыр инде безнең дә, – ди Зәнфирә апа.

– Нәмә дип атала әле?.. Ә, язмыш, диләр. Шулай язгандыр инде. Яратылгандыр инде, – ди хатыны янында утырган Нәсыйх абый иплә генә.

Ә Зәнфирә апа сөйли дә сөйли... Ул инде безнең белән түгел дә кебек, гүя яшьлегендә...

– Армиягә озатып калдым. Егетләр килдеме артыгыздан, дисез. Килде инде, яшьлек бит. Дусларча гына сөйләшә идек. Әни, мәрхүм, Нәсыйхны бик ярата иде. Клубка чыгарга җыена башласам: «Кая барасың? Җегетең армиядә, йөрмә», – дип ачулана иде. Армиядән кайткач, бер ел йөрдек тә, салкын 1978 ел ахырында өйләнештек. «Тройка»лар белән алып китте мине авылларына. Ике атка төяләп туйга килделәр. И-и-и, замана, име. Әти-әни белән яшәдек башта. Илгизәрем шунда туды әле. Нәсыйх авыл хуҗалыгы предприятиесендә шофер булып эшләде, мин бәбәй белән – өйдә. Бианаем үз әнием кебек булды. Миңа «малай» гына ди торган иде. Дус кызы итеп күрде. «Әйдә, малай, тагын юындырып алыйк», – дияр иде дә, бергәләп Илгизәрне су кертә торган идек. Бик якын булдык. Хәзер менә киленнәрем шулай – кызларым кебек...

Уллары Илгизәр белән Илназны да үзләре кебек эш сөючән итеп тәрбияләгәннәр. Кулларыннан килмәгән эшләре юк. Әйе, авылда ялкаулар күркәм, җитеш тормыш алып бара алмый ул. Уңганнар гына үз юлын таба. Алты ел элек уллары, үсеп килүче үз уллары белән әти-әнисенә йорт салып бирә. Бу гаилә һәрвакыт көлешеп кенә яшәмәгән. Сынаулар да узганнар...

– Искә алсаң, тарих күп бит инде ул, – дип сөйләп китте Зәнфирә апа, ул чакларны искә төшереп. – Без ике тапкыр яндык. Беренчесендә төн уртасында сараебыз яна башлады. Йоклый алмый ята идем. Бабай белән чыгып йөгердек. Мунча-сарайлар янып бетте. Өч ел үткәч, кыш уртасында бернәрсәсез карда басып калдык, балакаем. Ике күрше бер түбә астында яши идек. Аларда ут чыгып, бөтенләй янып беттек. Анда да Аллакаем саклагандыр. Төн уртасында уянып киттек. Мин әйтәм, ике як әниләрне карап – хөрмәтләп, тәрбияләп соңгы юлга озаттык, шуларның догалары кабул булгандыр. Бәхетебезгә, улыкайларым икесе дә авылда бит. Түр башларына алып кайтып утырттылар. Пенсиягә чыгар алдыннан йорт салдык. Нәсыйх «Челтәр компаниясе»нең Актаныш районы базасында – электромонтер, мин мәктәптә техник хезмәткәр булып эшли идем, эш урыннарыбыздан бик ярдәм иттеләр. Улыкайларым нык булышты. Балалар, туганнар көче белән генә күтәрдек бу йортны. Ике оныгым – Рузилем белән Раилем үзләреннән дә зур газобетон блоклар күтәреп эшләп йөргәндә и-и-и җәлли идем сабыйкайларымны...

Нәсыйх абый белән Зәнфирә апа икесе дә пенсиядә. «Мин хатынга «бар әлегә» эшкә кердем, буш утырганым юк», – дип шаярта йорт хуҗасы. «Әй, шуны, тирә-күршеләргә дә шулай дип сөйләп йөргән әле. Соң, әйтәсең инде, «бар әле, моны алып кер», «бар әле, моны эшлә», дисең инде... Бабайга кушмый, кемгә кушыйм», – дип елмая Зәнфирә апа. «Пенсиядә булсак та, үзебез өчен вакыт юк әле», – ди алар. Бу сүзләрне көенеп түгел, сөенеп әйтәләр. Татар халкы шулай инде ул, баласы тудымы, гомерен шуңа багышлый. Чит илдәге өлкәннәр кебек: «Без сезне үстердек, хәзер үз балаларыгызны үзегез үстерегез», – дими. Аякта йөриләр икән, сөенә-сөенә ярдәм итәләр. Оныкларны күрергә зар булып яшәмиләр бу гаиләдә, көн саен «әбекәй-бабакай» (Актаныш ягында гына әби-бабайга әнә шулай ягымлы итеп эндәшәләр – *Ч. Г.*), «дәү әни-дәү әти», дип, килеп керә балалар. Өлкәннәр өчен бәхет шушы түгелме инде?!

Улыкайларым, кызкайларым...

Илгизәр белән Илназга әти-әнисе авылда калыгыз дип тә, китегез дип тә әйтмәгән. Егетләр үзләре хәл иткән. Икесе дә, мәктәпне тәмамлагач, шәһәрдә берәр ел укып кайталар да авылда эшли башлыйлар. Әтиләре кебек, икесе дә «Челтәр компаниясе»ндә эшли. Дөрес, Илназ читкә китеп эшләп карый әле, әмма кире кайта. Хәзер абый белән энекәш бер-берсенә терәк булып яши. «Эшкә дип чакырса, үзеңнекен куеп торасың да, барасың. Ярдәм итәсе килә бит», – ди туганнар.

Язмышларын да Пучыдан таба алар. Илгизәр шушы авыл кызы Резедага өйләнә. Кечкенәдән үк очраша башлыйлар. Егет Резедасының мәктәп тәмамлавын гына көтә дә, алып та кайта. Иртә өйләнүенә әти-әнисе дә каршы килми. Килен – күз алларында үскән бала. Ул гына түгел, хөр күңелле Зәнфирә апа улы белән кыз арасында поч-

Видеоны карар өчен смартфонның камерасын QR-кодка якынайтыгыз.
Видео: Анна Арахамия.



Фото: Анна Арахамия

тальон да була әле. Илгизәрнең шигырьләр чыгарып язган хатын мәктәптә шыпырт кына Резедага тапшыра, Резеданыкын – улына. Менә шундый ышаныч була әни кешегә. Иртә өйләнешкәч, инде менә ике пәһлеван егетләре үсеп килә. Рузил – Актанышта техникумда, Раил Минзәләдә педагогика көллиятендә белем алалар. Баһадир гәүдәле, чибәр егетләр – гаилә горурлыгы, эштә нык терәк. Рузил киләсе елга армиягә барырга җыена. «Армиядә булмаган егет – егет түгел, диләр, барам», – ди ул. Малайлар үсеп җитүгә алып кайткан кызлары Зәмирәгә дә инде 9 яшь. «Көтелгән бала, – ди Резеда, абыйларына елышып утырган кара шомырт күзле иркә кызына карап. – Зур күзле кыз алып кайтырга хыялллана идем. Насыйп булды, Аллага шөкер».

Кече киленнәре Гөлназ – Актаныш авылы кызы. Чаллы召 педин召ститутын тәмамлагач, Пучы мәктәбенә рус теле һәм әдәбияты укытырга килә дә, авылның иң чибәр егетенә кияүгә чыга. Шунысы кызык, мәктәптә эшләгән Зәнфирә апа чибәр укытучы кызга: «Минем киленем булырсың әле», – дип йөри. «Белмисез шул, бу авылда ошаткан кешем бар инде», – ди эченнән генә Гөлназ. Зәнфирә апа Илназның әнисе икәнен, аларга килен булып төшәсен, кайнана белән бик тату яшәячәген белми әле. Ул вакытлардан күпме гомер үткән инде. Илназ да хәзер югары квалификацияле белгеч. Читтән торып югары белем алган һәм шул ук оешмада инженер булып эшли. «Икәү имтиханнар биреп, укырга кердек. Икәү контроль эшләр эшләдек. Бер контроль эшкә – бер күлмәк, дия идем. Укытучы кеше күлмәк ала бит инде ул», – дип сөйли Гөлназ. Ике кыз үстерәләр. Татар кызларына хас тыйнак булган Алинә «Адымнар-Актаныш» мәктәбендә 9 нчы сыйныфта укый. Кече кызлары Лилиана – 4 нче сыйныфта.

– Килендәшләр булып яшәве ничегрәк соң? – дибез янәшә утырган Гөлназ белән Резедага.

«Гөлназ килен булып төшкәннән бирле дус-тату яшибез. Бер-беребезгә ярдәм итәбез», – ди Резеда. «Хәзер менә үрдәк өмәләре башлана. Резедага ышанып торам инде. Безнең кызлар гына булгач, Илназга өй арасында ярдәм итәргә кеше юк. Карап торганыбыз – егетләр. Эшкә аларны чакыра абыйлары. Быел, әнә, без су кереп кайтканчы, бәрәңгене күмеп тә чыкканнар, рәхмәт яугырлары. Бик булдыклылар!» – ди Гөлназ.

Үзара ярдәмләшеп гомер итә алар. Әбекәй белән бабакай да оныклар тәрбияләүгә өлеш кертә. «Әле менә Зәмирә кызым белән тапкырлау таблицасы өйрәнәбез», – ди әбекәй. Өйләре мәктәп янында гына булгач, биш онык та укудан монда кайткан. Шушында ашап, уйнап, дәрес әзерләп, кич кенә үз өйләренә кайтып китәләр. Кирәк булса, әбекәйләре велосипедка утыртып «Иҗат»ка (авылдагы балалар иҗат үзәге – *Ч. Г.*) илтеп куя. Салкын көндә бабакай машинасын кабыза. Хәзер инде ике онык кына авыл мәктәбендә укый. «Безнең сезон керде инде менә. Таксовать итәбез», – дип көлә Зәнфирә апа. Әтиләренә рәхмәт әйтеп туя алмый киленнәр. Бабыкай һәр атнаны 40 чакрым ераклыктагы Актанышка онықларын илтеп куя, барып ала. Алинәне инде 5 нче класстан бирле шулай йөртәләр. Районның данлыклы мәктәбендә укыйсы килә аның. Олимпиадада җиңү яулагач, мәктәп үзе чакыра. Әтисе белән баралар да, урнашып та кайталар. Теләк – бер, ияләшү – башка. Кечкенә кызчыкка авыр була өйдән чыгып китәргә. Сагынышалар! «Төннәрен торып утырып, шул баланы сагынып елый идем. Әтисе кистереп әйтте: «Баргач, укысын», – диде. Тырышты инде сабыйкаем», – ди әбекәйләре. Алинә җиткән кыз инде. Татар теле һәм әдәбияты, рус теле һәм әдәбияты буенча олимпиадаларда призлы урыннарга ия. Рус теле буенча халыкара олимпиадаларда катнаша. Татар районында татар мәктәбендә укыган бала да әнә шундый үрләр яулый ала ул. Максатчан, белемгә сусаган балага татарча уку комачауламый... «Ә татар теле милләтне саклап калыр өчен кирәк», – ди Алинә. Телнең кадерен беләләр шул бу якларда.

Иң кадерле сүз

Бу гаиләдә тагын бер гадәткә игътибар итми кала алмадык. Алар бер-берсенә кушамат белән эндәшәләр. Әйе, элек авылларда гел шулай сөйләшкәннәр. Әмма хәзер ул гадәт бетеп бара. Авылдашыңа кушамат белән эндәшкәнче, ике кат уйлыйсың әле башта. Заман башка, авырлаштырабыз. Ә бу гаиләдә әлеге гадәт һаман дәвам итә. Инде менә 43 ел буе Нәсыйх абый Зәнфирә апага «Тәмпи», дип эндәшә икән. «Авыз тутырып, Зәнфирә, дип торганчы, Тәмпи дип кенә җибәрәсең. Тәмпи, чык әле, Тәмпи, кил әле... Әйтергә җайлы», – ди Нәсыйх абый. Бу кушаматның кайдан килеп чыкканын белмиләр. Балачакта урамда уйнаганда кушканнардыр дип гоманлыйлар. Мәктәптән калган гадәт ир белән хатын булгач та үзгәрми. «Без, хатын-кызларның, ирләребездән назлы сүзләр ишетәсебез килә бит. Үпкәләмисезме?» – дип сорыйм Зәнфирә ападан.





– Ю-у-у-ук, яратып әйтә бит ул аны! Ир белән хатын булсак та, барыбер шул күңел бит инде ул. Башыма да килмәде үпкәләү. Шулай өйрәнелгән инде. Кушамат белән сөйләшүгә күнеккәнбез. Телефонында «матурым» дип язылган анық, әмма «Тәмпи» миңа күпкә кадерлерәк. Бианам да миңа Тәмпи, дип әйтә иде, – ди.

Иң кызыгы: олы уллары Илгизәр дә хатынына исем белән дәшми. Рҗүк! Кечкенә чакта шигырьләр чыгарып, мәхәббәт хатлары сырлаганда да шулай дип кенә яза. Килен – кайнана туфрагыннан! Резеда да «матурым, җимешем» ише сүзләр өмет итеп яшәми. Аңа да Рҗүк якын. «Әле бүген, сез килер алдыннан, Резеда, дип эндәште, сискәнеп киттем», – ди. Резеданы кечкенәдән әтисе әнә шулай дип йөрткән, хәзер исә ире шулай эндәшә. Бу өйдә еш әйтелгән сүз бар: «Өйрәнелгән!» Килендәшләр берберсенең иренә дә кушаматлар белән эндәшә. Өйрәнелгән. Мондый аралашу үзе ук якынайта, мөгамәләне җылыта кебек.

«Бөтен республикага сөйләрлек үрнәк гаилә түгелдер инде без. Байлыгыбыз юк. Һәрнәрсәне үз көчебез белән табабыз», – дигән иде Зәнфирә апа сөйләшә башлагач. Әмма аралашкан саен, сокланырлык сыйфатлар күп булуына төшендек. Үзләре дә: «Балаларга үзеңне үрнәк итеп куймасаң – шулай бул, болай бул дип кенә үстерү дөрес түгел», – диләр. Һәр бала ата-анасының гаилә моделен кабатлый. Оныклар да оя корганда әти-әнигә генә түгел, әби-бабайга да карый. Буыннан-буынга бара ул тәрбия.

Гаиләдә иң кыйммәте – бала. Бала өчен – әти-әни. Шул вакытта гына гаилә ныклы буладыр ул, мөгаен. «Безнең әни тугыз бәбәй алып кайткан. Аларның өчесе үлгән. Әтигә: «Әй, Нәҗми абый, машина да алмыйсың, җәяү йөрисең», – диләр икән. «Мин бик бай. Минем алты «Жигули»ем бар», – дигән әти. Ә мин балаларымны алмаҗиләкләрем, дим. Аллакай тәгаме кебек татлы бит алар», – ди Зәнфирә апа. Гаиләне җыеп тотучы, барысын да тигезләүче – ана. Әнә, килен дип тә эндәшми, икесенә дә кызым, ди. Гаеп итеш юк. Бу өйдә беләләр: моны бары яратканнар гына әйтә. Бергә шау-гөр килеп яшиләр. «Әни, берүзең интегеп ятма, диләр. Минем күңелем бик тиз тула, тагын елап ятасыңмы, кил тиз генә чәй эчәргә, ди кызларым. Киленнәрең үзеңә охшасын иде, дигән иде Чәчер әни. Нәкъ шулай булды. Теләге үтәлде, мәрхүмкәемнең, киленнәрем үземә охшаган», – ди. Оныклары гына түгел, уллары-киленнәре дә көндез бер урап китә алардан. Нәсыйх абый тотып кайткан балыкларны кыздырып, көндезге ашка көтеп торганнарын белә балалары.

«Гөлназ эштә булгач, әбәткә әниләргә киләм. Кайтмасам, әни: «Син кайда?» – дип шалтырата», – ди Илназ.

– Әйе, килеп күренеп китмәсәң, безнең әни хәзер минус куя ул, – дип хуплый энекәшен абыйсы.

Бәлешен пешереп, кунакка чакырырга гына тора әниләре. Төнлә кайда гына уникене суктырсалар да, Яңа елның беренче көнендә ата-ана йортына җыелышалар. Әтиләренең боз өстендә йөри торган «Буран»ында җилләнеп кайталар. Ә өйдә мул өстәл, кайнар бәлеш көтә аларны. «Бер кеше киләме, ун кеше киләме – безнең әнинең өстәле менә шундый мул инде», – ди уллары. Тагын бер гаилә традициясе – җәй көне бергәләп пиннеккә баралар. «Әти кебек оста пиннек бәйләүче юк», – ди киленнәр. Үрдәк өмәләрен гел бергә үткәрәләр. Бердәмлектә – көч булганын беләләр бу гаиләдә.

Абый икәнен аңлап, басынкы гына йөргән Илгизәр өч гаиләгә дә хас серне чишә: «Эндәшмичәрәк торсаң, җайлана ул. Ахырда барыбер хатынча була инде. Анысы без язган кагыйдә түгел. Алар җиңеп чыга... Без юл биргәнгә җиңеп чыгалар...»

Бер-береңә карата хөрмәт кенә булсын. Хатын-кызлар ирләрен көйли-җайлый белә. Үрнәк алыр кешеләре дә бар. Әнә бит эчендәге тышында булган Зәнфирә апа да: «Гел кәнфитләнеп кенә яшәп булмый инде ул. Кайбер чакта үпкәләүләр дә була. Нәсыйх ишегалдына чыгып китә дә, бераздан: «Нәмәшлибез әле без?» – дип, артыннан килеп чыгам», – дип көлә. Әнә шул көлә-елмая белүләр дөньяны тагын да ямьле шул.

...Мул өстәл түрендә әти кеше утырды. Иртәгәгә эш планлаштырылган инде: «Икмәккә барабыз, яме, малайлар», – диде бабакайлары оныклары үзләренә кайтып киткәнче. «Эш эшләп кеше үлми ул. Эшләгәнегез бабагыз өчен булса, өйрәнүегез үзегез өчен», – дип, үз итеп аркаларыннан кагып ала Илназ абыйлары. Киленнәр һаман аш бүлмәсендә кайнаша. «Бәбекәччәйләрем, ашагыз инде», – дип, Зәнфирә апа гөр-гөр килеп йөри. Алдыбыздагы кайнар бәлештән авыз итәбез дә тизрәк юлга кузгалабыз. Беләбез: кунаклар киткәч өстәл тирәсендә түгәрәкләнеп утырып чәй эчүнең үзенә күрә башка бер тәме бар. Татулык тәме ул... Ямьле өйдә генә кунакларны озаткач, сөйләшә-сөйләшә, кара яндырып, тагын бер-ике чынаяк сөтле чәй эчәләр әле... Һәрхәлдә, Актаныш ягында шулай.







ЧИКАГОДАН КАЙНАР СӘЛАМ!



– Чикаго университетында укыган чакта кыстыбый пешерү рецептын тасвирлап яздым да, пешереп, дәрескә алып килдем. Укытучымның ничек гаҗәпләнгәнен күрсәгез! Аның тәҗрибәсендә мондый хәлнең булганы да юк икән: чит милләт ризыгының ничек пешерелүен укып, шул ук вакытта ашап та карау аның өчен бик кызык булды. «Син камырын да үзең ясагансың бит, минем үз гомеремдә камыр ясаган булмады. Микродулкынлы мичтә ризыкны яндырмыйча пешерсәм – рәхмәт. Бөтен дус укытучыларымны сыйлыйм, аларның да исләре китсен әле! Бигрәк тәмле бит, үз гомеремдә мондый тәмле әйбер ашаганым булмады», – дип мактап туя алмады.
Таныш булыгыз – Айгөл Камилла ТИМЧИШИН. Чикаго шәһәрендә гомер итүче милләттәшләребезне бергә туплап, үз телләрендә аралашып, милли чаралар оештырып яшәүче Чаллы кызы Америка Кушма Штатларына ничек барып эләккән соң? Зур корабка – зур сәяхәт, диләр аның кебекләр турында.

Алсу ШАКИРОВА

Күмәк яшәү, бердәм булу, зур эшләрне өмә оештырып гаилә белән бергә эшләү йоласы Айгөлнең канына сеңгән. Алар гаиләсендә һәрвакыт шулай башкаралар эшләрне. Җиденче сыйныфка әнисе Мәдинә апа Айгөлне Чаллы шәһәренең татар-төрек лицеена укырга бирә. «Минем бәхеткә, физика, химия, математика кебек фәннәр татар телендә керде», – дип сөенә Айгөл. Әнә шулай саф татар телендә белем бирүче уку йортында укыса да, Түбән Новгород лингвистик университетның Чаллы филиалында өч ел укып, Чикаго университетына кергәндә иң югары баллар җыя Айгөл. Татар теле белән кая барасың, шәһәрдә укырга авыр була дигән фикерләр белән Айгөл килешәме соң? Киресенчә, татар газета-журналлары яздырган әбибабасына, гаиләдә татар телендә сөйләшеп, милли тәрбия биргән әти-әнисенә рәхмәтле кыз. Ә укытучылары... Татар теле укытучыларын әле дә рәхмәт белән искә ала ул.
Үз теленә мәхәббәт аша башка телләрне дә җиңел үзләштергән, үзендә яңа сәләт ачкан Айгөл чит телләрне берсе

артыннан берсен өйрәнә. Татарча, русча ничек камил сөйләшсә, инглиз телен дә шул дәрәҗәдә яхшы үзләштерә. Төрек теле дә җиңел бирелә аңа, Америкада испанча, украинча да сөйләшергә өйрәнә.

АКШка 2007 елда килә Айгөл. Укуын да җайга сала, тормышы да көйләнә. Ләкин туган ягында күреп үскән аралашу, дуслар-туганнар белән күрешү җитми аңа. Үз милләттәшләрен очрату максаты белән, бер кәлимә татар сүзе ишетү теләгеннән Нью-Йорк шәһәре Сабан туена юл тота. Кызганыч, теләгенә ирешә алмый: Сабантуй көнен күчерәләр. Шул вакытта күңеленә кергән уй берничә елга күңел түренә яшерелә: «Их, Америкада тормыш итүче татарларны җыярга иде, минем кебек аралашуга сусаган милләттәшләрне табарга иде ничек тә!» – дип хыяллана Айгөл.

Ләкин язмышның үз сценарие. Тормыш мәшәкатьләренә кереп чума Айгөл. Шөкер, күңелле тормышы башлана аның: Чикаго университетында укып диплом ала, кияүгә чыга, бер-бер артлы ике улын таба. Әнисе Мәдинә апа да оныкларын үстерергә ярдәм итә, ел саен кызының гаиләсе янына килеп бераз яшәп китә торган була. Әнисе белән рәхәтләнеп татарча сөйләшеп, милли ризыклар пешереп сыйланалар, ә фотоларын социаль челтәрләргә куялар. Шул вакыт күңел түрендә йөрткән хыялына шытып чыгар вакыт җитә, күрәсең. Фотога җавап итеп, Чикаго татарлары төркемен булдырырга кирәк дип, берничә кеше яза. Дусты Эльвира да: «Син башламасаң, кем башлар тагын бу эшне», – дигәч, шул ук төнне, утырып, фейсбукта төркемнәрен ачып җибәрә Айгөл.

Әнә шулай Айгөл дусты Эльвира Шварц белән «Чикаго татарлары» берлеген оештырып җибәрә. Мондый эштә бер кеше – юк кеше, диләр. Кызларның башлангычына теләктәшлек күрсәтүчеләр күп җыела. Беренче очрашуларын Фәридә Салминаның «Чәйханә» кафесында уздыралар. Кафеның юмарт хуҗабикәсе дә, дусларына кушылып, уртак максатка илткән юлдан атлый. Һәр яңа очрашуга күбрәк кеше җыела, яңа талантлар барлана: җырчы Илшат Гыйззәтуллин, ди-джей Рөстәм Шәрипов, биюче Чулпан Фатыйхова. Бергәләп мастер-класслар үткәрәләр, төрле очрашулар оештыралар. Нью-Йорк шәһәренә «Үзгәреш җиле» концертына барган җирдән, Канада татарлары Зилә, Света белән танышып, виртуаль «Аулагөй» уздыру идеясе белән кайталар. Аулагөйгә хәтта Мексика татарлары да кушыла!

Ни хикмәт, бу төркемгә **үзе кебек үк аралашучан, киң күңелле, юмарт, ихлас кешеләр җыела.**

Бер проект икенчесенә ялганып китә, барлык идеяләрен тормышка ашырып эшлиләр «Чикаго татарлары»: виртуаль Сабантуй флешмобы, «Без – Тукай балалары» проекты, татарча диктант язу, Сабантуй... Әйе, бу милли бәйрәмне әзерләү эшләренә тәҗрибәле, бердәм, дус-тату булып оешып бетә милләттәшләр. Шуңа күрә Сабантуй бәйрәменә кагылышлы барлык оештыру эшләрен үзара тиз генә бүлешеп, җаваплылык алып, башкарып та чыгалар: Мәдинә апа бәлеш, чәкчәк пешерә, Ранида паркларны барлап, килешле урынын таба, Эльвира логотип, дизайн эшләрен башкара, Юлия бәйрәм урынын шарлар белән бизи, Мичиганнан Гөлшат сувенирлар ясап алып килә, кунакларга тарата, ә аның ире Рафил гармунда уйный, Бөтендөнья татар конгрессы һәм Татарстан Республикасы Мәдәният министрлыгы ярдәмендә Чикагога килгән җырчы Лилиана Газизова искиткеч татар җырларын башкара. Балалар да, олылар да катнаша бәйрәмдә.

– Гомумән, бар кешене дә санап бетереп булмаса да, һәркайсының күңел җылысы керде Сабантуйга: Булат Фатыйхов, Юлия Тякина, Фәрит Ишкинаев, Нәфисә Геро, Таһир Сәфәров, Рәсимә һәм Элвия Гыйззәтуллиналар, Гөлфия Кривоногова һәм башка милләттәш дусларымның да исемнәрен ишеттерәсе иде Татарстанга. Чикагодан кайнар сәлам сезгә! – ди Айгөл Камилла Тимчишин. – Шундый бердәм милләттәшләр, яхшы дуслар, таяныч булырдай туганнар белән нәрсә эшләсәң дә нәтиҗәсе күренәчәк! Иң мөһиме – теләк булсын!



Фото: Айгөл Камилла Тимчишин архивыннан

Тылсымлы табигатьле Нократ буйларында, Яңа Комазанда туып үсә ул. Казан педагогика институтының филология факультетын тәмамлап, Олы Шүрнәк, Иске Комазан, Көек-Ерыкса мәктәпләрендә татар теле һәм әдәбияты укыта. Укучылары – республика конкурс-олимпиадалары җиңүчеләре, елына 30–40 ар грамота-дипломнар белән бүләкләнүчеләр. Талантлы шагыйрә-укытучы Рәсимә Галиеваны Мамадышында гына түгел, бөтен Татарстанда беләләр. Ул – Россия Президенты гранты, «Мәгарифтәге казанышлары өчен» күкрәк билгесе иясе, Шәйхи Маннур исемендәге премия лауреаты, шигырь китаплары авторы. «Укучыларымдагы иҗади башлангычны үстерү, шул хәзинәгә якынайту – иң изге теләгем. Иманым камил: иҗатка тартылган күңелгә кер кунмый», – ди ул.

Рәсимә ГАЛИЕВА

КӨЗЛӘР БЕЛӘН ЯЗЛАР АРАСЫНДА

* * *

Кышның ап-ак бураннары
Сарыла иңнәремә.
Йолдызлар качкан, караңгы...
Шаяра җилләр генә.

Шаярып искә төшерә
Яшьлекнең алсу таңын.
Качышлы уйнау һаман да
Бармы соң бездә тагын?

Онытылып җырлый идек,
Гөнаһсыз яшьлек таңым.
«Урман кызы» булуымны
Онытмагансың, җаным?

Юри генә качкан идем
Урманның куенына,
Юри йөрдем адаштырып
Агачлар ешлыгында.

Юри генә киткән идем
Калдырып сине, гүзәл!..
Офыклар ераклашты бит,
Йөрәгең ничек түзәр?..

Көткәннәргә бигрәк авыр,
Көткәннең хәлен аңлыйм.
Чакырма: тышаулы инде
Яшьлекнең тулпар тае...

Хыял хакына

Хыял илләреннән китеп барыш...
Хуш, зәңгәр томан.
...Мин – беркатлы исәр бала,
Уралдым сиңа.

Талпындым зәңгәр күкләргә,
Кояш артыннан.
Тургай булып
Җыр сузарга
Җиһан халкына.

Мин дә кердем
Чын сөюнең кайнар багына.
Чү, йөрәгем,
Туктый күрмә, чыда аз гына.
Соңгы тапкыр
Бер тирбәлим хыял назында.

Балдагымны бүләк итим
Айның үзенә.
Инде бүтән карамамын
Аның күзенә...

Син – Язым

Юллар туры килгән чакта,
Очрашудан сакланам.
Син бит минем
Яшьлек язым,
Йөрәктәге саф ярам.

Әгәр, дим, очраша калсак,
Чит итеп карарсың да,
Сүрелер хисләрем сөю
Томаны арасында.

Чыкма, чыкма юлларыма –
Мин җәйләр ноктасында.
Син бит – язым,
Һәм шулай кал
Йөрәгем уртасында!

Менә гаҗәп...

Хәлдән таеп сусаганда,
Дөнья бирә ике касә.
Мөлдер-мөлдер кайгылары,
Тик яртылаш – шатлык-касә.

Мөлдерәмә тулган мәлдә,
Кулларымны сузган хәлдә,
Чайпала да китә ласа,
Гел яртылаш шатлык-касә.

Икәү

Күк йөзендә
җәя-җилкән –
Ак болытлар төркеме...
Күктән кар чәчәкләр иңеп
Җанга җырлар үрдеме?!
Синең җыр бу, синең көйгә
Зәңгәр тынлык тирбәлә...

Сагышыңны сабыр гына
Яшер, иркәм, тирәнгә.
Тулсын ак көй
бәгырьләргә,
Туңмасын иде күңел!
Ялгышлардан бер йөрәк тә
Әлегә азат түгел.
...Җырлыйсы килә, җырлыйсы –
Һәркемнең дә үз җыры.
Үз йолдызы, үз җилкәне,
Үз язмышы, үз яры...
Парласа, парлар аларны
Тик өметләр тулпары.

* * *

Тәгәрәп үскәнгәдерме
Кырларым мендәрендә –
Тоташ моңга, сагынуга
Төренгән йөрәк миндә.

Читтән эзләмим бәхетне,
Үз көем, җырым монда.
Әнкәем тире тамган җир –
Җылыныр учак миңа!

Кагыла күрмә...

Күңелләрдә кышкы урман,
Кем керер арасына.
Соң инде – кагыла күрмә
Йөрәгем ярасына.

Эзләмә инде күрешү,
Сөйләшүләр чарасын.
Инде мәңге куралмассың
Күзләремнең карасын.

Үзең сүттең күперләрне,
Килмәскә киткән идең.
Елау, сыктау, ялынуны
Син өмет иткән идең...

Күңелемдә – кышкы урман,
Кар каплый араларны.
Көртләр күмә, ел тигезли
Син салган яраларны.

Кышкы төн

(этюд)
Бурап-бурап яуган
Ак карлар да тынган.
Зөһрә кыз да гүя
Чиләкләрен куйган.

Ай да түбән карап,
Башын кыңгыр салган.
Ялгызлыгын хәтта
Онытып бер елмайган.

Күзләрем минсез нишләр?

Мин табигать
баласы шул,
Бер җанда күпме төсләр...
Очсам кошларга ияреп –
Күзләрем минсез
нишләр?

Кып-кызыл миләш тәлгәшен
Кемнәр кулында тотар?
Кыр казларын
озатканда
Күз яшен эчкә йотар?

Кем онытылып
көләр дә,
Тауларга моңнар
салыр...
Мин югалсам –
һәр наратка
Сагыш эленеп калыр...

Сагыну

Тау битләре
Кабат җанландылар,
Безнең эзне юды кар суы.
Кошлар кайтты урап,
Сулар ага дулап,
Йөрәкләрдә – язның ярсуы...

Сагышлардан
мөлдерәмә тулган
Йөрәк сыймый үзенең
ярына.
Икәү бергә йөргән,
Икәү генә белгән
Шатлык язын шулай
сагына.

Керфегемнән
Тамган очкыннардан
Ялкынлана дөнья,
талпына!
Кулларымны сузып,
Исәр җилне узып,
Очар идем синең яныңа!

Буран

Уйларны шактый чуалтып,
Йөрәкне чеметә буран.
Ярсып котырган бураннан
Шикләнеп калган урам.

Шалтор-шолтыр китерә ул
Түбәнең калайларын.
Сүгеп уза ул берочтан
Комазан малайларын.

Үкереп уза урамнан,
Морҗалардан сызгыра.
Каеннарның толымнарын
Ярсый-ярсый туздыра.

Ни булган икән буранга,
Әллә ул да ятимме?..
Бәйдән ычкынган хисләрне
Мин аңа ияртимме?

Кышкы иртә

Нинди моң бу, нинди көй бу?
Кар ява тып-тын гына.
«Тәфтиләү»ме, «Әллүки»ме,
Иңә урамнарыма?

Изге нур булып агамы,
Тукайның йөрәк моңы?
Кар – тамчы булып тамамы,
Өзелеп калган җыры?

Җиһан данлыймы пакьлекнең
Сафлыгын нәкъ Тукайча?
Тауларым ача күзләрен
Нәкъ Тукайча – оялчан...

Тынмас Тукайның җырлары,
Милләтем белән яши.
Аҗаган булып уйный ул,
Яшеннәр булып яшьни!

Елмайганың бармы?

Гөлләр елмайганда синең
Елмайганың бармы?
Синең керфек очларында
Күз яшеме, кармы?

Ап-ак карның сафлыгында
Коенганың бармы?
Мөлдер-мөлдер күзләреңдә
Җылы җәйме, язмы?

Күзләр белән язлар арасында
Адашканың бармы?
Аҗаганның яктысында
Дөнья сиңа тармы?..

Матур ялганга да кайчак
Ышанасы килә.
Күзләрдә дә дөрләп янар өчен
Элдем утлы силә...

PRESSA





Гүзәл
ӘДҺӘМ

Гүзәл Әдһәм хикәяләреннән яктылык, җылылык, гадилек, ихласлык бөркелә! Геройлары матур, вакыйгалары матур, әсәрләренең теле матур!.. Атаклы Наласа авылы кызы булуы да, Арча педучилищесын, Казан дәүләт университетының татар теле һәм әдәбияты бүлеген, Казан педыинститутын, Алабуга пединститутында аспирантураны тәмамлавы да, Актаныш районы мәктәпләрендә укытуы да иҗатына тәэсир итми калмагандыр, әлбәттә. Язучы, вуз укытучысы, филология фәннәре кандидаты... Ир хатыны, әни, дәү әни дә бит әле ул, өстәвенә! Игътибарыгызга язучының Казан шәһәре мэриясе уздырган «Саумы, Казан!» дигән хикәяләр конкурсына студент еллары көндәлекләренә нигезләнеп язылган яңа әсәрен тәкъдим итәбез.

ЯШЬЛЕГЕМ КАЗАНЫ

(Көндәлек)

30 июль, 1976 ел. «Саумы, Казан!» – дип язып куйдым тез өстемдәге дәфтәремнең беренче битенә. «Ниһаять, мин сиңа килдем! Озаккамы? Бәлки, атна да үтмәс, миңа Актанышыма кайтып китәргә туры килер?»

Мин университет каршындагы эскәмиядә утырам. Янәшәмдә – егетләр, кызлар. Кемдер шаяракөлә, кайберсе китабына төбәлгән. Имтиханга әзерләнәләр... Миңа монда утыру шундый ошый! Кызык итеп эшләгәннәр бу эскәмияне дә... Ярымтүгәрәк формада итеп... Әллә нинди якты хыял белән университетның ап-ак колонналарына төбәләм: «Бер... ике... өч...» Үзәктә – төп-төгәл унике колонна. Бераз арырак, уң якта – алтау... Сулда – тагын алты колонна... Искиткеч архитектура!

Колонналы открытканы мин көндәлегем арасында ел буе йөрттем. Алып карыйм да хыялга бирeләм. Эх! Шунда укырга иде!

«Безнең авылдан әле берәүнең дә Казан кадәр Казан университетында укыганы юк!» Монысы – әни сүзләре.

– Укытучы буласың килсә, Минзәлә педучилищесына бар! Инде институтка ук китәм дисәң, әнә Чаллыда да институт бетмәгән, – ди әни. Аннары өстәп куя: – Кайтып йөрергә дә якын... Казан түгел инде! Бәрәңгесен, итен-маен җибәрәм дисәң дә җайлы. «Апчежития» бирмәсәләр, Рәсимә апаңнарда торырсың...

Менә шулай... Әни сүзе – безнең өйдә закон. Аңа каршы әйтү юк! Шуны белгәнгә, университет турындагы хыялым барысы өчен дә сер булып калды. «Әнисә, син укырга кая барасың?» – диючеләргә, «Чаллыга! Пединститутка!» – дип котылдым. Укытучылар да: «Әнисә укытучы була!» – дип, әллә кайчан тәгаенләп куйганнар. Ә минем йөрәк: «Казан! Университет!» дип сулкылдый. «Ак мәрмәр колонналар тезелеп киткән...» дип җыр юлларын кабатлый.

...Ямалы пристаненнан билетны Казанга кадәр алдым. Мине пристаньга матае белән китереп куйган Радик та, йөз күкәйне иске газетага төреп кәрзинен тотырган әни дә моны белми калды. Метеор Чаллыга да җитте, узып та китте...

Казанга килеп җиткәндә, кичке җиделәр иде... Бер кулыма йөз күкәй салынган кәрзинне тотып, икенчесенә – әнинең күчтәнәчкә дигән каймаклары белән бергә, китап-дәфтәрем һәм тагын әллә

никадәр вак-төяк тутырылган чемоданымны күтәреп, трамвайдан трамвайга күчеп, сораша-сораша килеп җиттем мин сиңа, университет! Йөрәк дөп-дөп тибә, менә хәзер атылып чыгар кебек. Кып-кызыл чәчәкләр арасында басып торган яшь Ульянов та нәкъ минем кебек ак колонналарга төбәлгән. Аңа да нәкъ минем кебек – 17 яшь!

– Укырга керә алсам, һәр колоннаңны берәм-берәм кочаклап чыгар идем, университет! – дип пышылдыйм.

...Инде караңгы да төшә башлады. Төнне кайда үткәрергә? Казанда исә бер туганым, танышым да юк. Булган очракта да, адрессыз гына эзләп табарга бу сиңа Актаныш түгел лә! Тирә-ягыма каранып, аптырап калдым. Теге түгәрәк эскәмия дә бушады.

Чү, башыма искиткеч бер фикер килде! Ай буе шалашта йоклап, Көләгеш күле буенда печән чапкан кеше бит мин! Җылы җәй көнендә нидән куркып торам соң әле? Әйберләремне җыюым булды, эскәмия артындагы куе куаклыкка чумуым булды. Көләгеш буеннан бер дә ким түгел икән лә. Монда әле шәбрәк тә: ни озынборын, ни кигәвен борчымый. Болонья плащымны җәеп салам да йокларга әзерләнәм. Бераз шүрләтә. Шунда күзем «яшь Ульянов»ка төште. Ялгыз түгел икән лә мин! Менә бит – Володя Ульянов минем янәшәдә!

Ак колонналарга төбәлеп, әбием өйрәткән доганы кабатлыйм: «Әгүүзү билләһи минәш-шәйтаанир-раҗиим. Бисмилләһир-рәхмәәнир-рахиим...» Яшь Ульянов та әнә сакта тора! Йокы килә... Күзләрем йомыла...

31 июль. Көндәлегемне университетның Кызыл Позиция урамындагы тулай торагында дәвам итәм. Төнне тыныч кына үткәрдем. Уянып китәм дә күзләремне агач яфраклары арасыннан күренеп торган һәйкәлгә төбим: «Яшь Ульянов, кадерлем, саклый күр мине», – дип пышылдыйм. Көн яктыра башлагач, бөтен куркулар да таралды. Университет ачылганны көчкә көтеп җиткердем дә, зур авыр ишекне ачып, каушый-каушый эчкә уздым.

Менә ул – мин хыялланган университет! Гадел Кутуйның «Тапшырылмаган хатлар»ы искә төшә, Галия сүзләре хәтергә килә: «Шушы коридорлар буйлап кайчандыр китап, дәфтәр тотып Ленин йөргән, шул бинада Толстой укыган. Шунда укырга дип, яшь Горький хыял корган. Шул бинадан дөньяның атаклы галимнәре чыккан...»

Диварда элengән абитуриентлар почмагына күз салам... О-һо-о-о! Иң күп документ – юрфакка! Минем бүлеккә дә теләк белдерүчеләр шактый. Бер урынга – алты кеше!

Документларны тапшырганда, көтелмәгән хәл булды. Кыяфәте бик рәсми, кырыс күренгән апа, минем йөз күкәй салынган кәрзинемә карап, елмаеп куйды.

– Әллә урнашмадың дамы?

– Юк әле... Бүген генә килдем, – дим кызарынып.

Ишеткән яңалыктан егылып китә яздым: абитуриентларга имтихан чорында тулай торактан урын бирелә икән бит! Бәхет дими ни дисең инде моны!

Дүрт кешелек бүлмәгә урнаштым. Анда инде минем кебек өч кыз яшәп ята. Таныштык. Таня – биофакка, Лена – тарих бүлегенә, Наилә мехматка керергә җыена.

– Мин бит сине таныдым! Син – Актаныштан! Хәтерлисеңме? Район олимпиадасында көрәшкән идек!

Наилә исемле бу кыз минем дә исемә төште. Эчкә җылы кергәндәй булды.

– Син дә мехматкадыр инде? Балларың ул чакта минеккеннән дә күбрәк иде бит.

Минем татар бүлегенә керергә җыенуымны белгәч, Наилә, күзләрен түгәрәкләндереп, миңа ябырылды:

– Ты что? Дурочка что ли? Синең татар телең кемгә кирәк? Хәзер үк барабыз да документларыңны мехматка күчерәбез. Бергә укырбыз! Син бит башлы кыз! Татфакка кереп, авыл гыйбатлары арасында йөрер идеңме әллә?

Күңелсез булып китте. «Татар телең хәзер кемгә кирәк!» диючеләргә ачуым килә минем. Шуны да аңламаска! Әнкәм теле! Ана телем бит ул! Наилә кебекләрне кызганып та куям, тик алар белән бәхәсләшә генә алмыйм. Мин ана телемне үзем дә тиешенчә бәяләп бетермим кебек әле. Килер бер көн, «Кемгә кирәк ул татар телең!» дигән кешеләр белән көрәшерлек, туган телемне якларлык көч туплый алырмын дип ышанам. Шуның өчен дә килдем сиңа, университет!

5 август. Мин – бәхетле! Ике имтиханнан тугыз балл җыйдым. Бүгенге имтиханны «бишле»гә тапшырдым. Кемгә диген? Мөхәммәт Мәһдиевкә! «Мин сезнең «Фронтовиклар»ны яттан беләм», – дип, үзенә әйтәсем килеп китте хәтта. Ул шундый күркәм, шундый затлы, шундый... Сүз табалмый туктап калдым... Кыскасы, ул әдәбият укытачак! Кыскасы, ул миңа «биш»ле куйды. Ә менә иншамны «дүрт»кә бәяләгәннәр. Мин иншаны ирекле темага язармын дип уйлаган идем. Теманы ишеткәч, үзем дә аптырап калдым ул чакта...

«Күңелем Ленин белән сөйләшә»... Кара, нинди тема тапканнар! Сибгат Хәким шигыре икәнен дә беләм... Әмма күңелем... Күңелем Ленин белән сөйләшәме соң? Күңелдә исә – дога, әбием догасы... Ленин белән доганы ничек бәйлим ди мин? Аптырадым да калдым шунда. Куаклар арасында төн кунганда, Ульянов һәйкәленә карап укыган догам турында языйммы? Юк, алдашасым да, ялганчы да буласым килми. Хыялыма – университетка бәйләнгән барлык уйларым да саф, ихлас минем. Димәк, бүтән теманы сайларга туры килә. «Тирән тамырлар»га тукталырга булдым.

20 август. Ур-р-р-ра!!! Мин – студент! Университет каршындагы егерме дүрт колоннаның һәрберсен кочаклап чыктым. Шундый нәзер әйткән идем бит!

16 сентябрь. Төркемебезне «бәрәңге десанты»на колхозга юлларга җыеналар. Бер айга! Тик таралышырга өлгерә алмый калдык, аудиториягә җыйнак кына гәүдәле, искиткеч хәрәкәтчән бер абый килеп керде.

– Мин Ирнис Рәхимуллин булам. Университетның татар халык хоры җитәкчесе...

Рояль янына килеп басты да, берәм-берәм җырлата да башлады, берничәбезне сайлап та алды. Шулай итеп, мин «хорчы» булып киттем. «Хорчы»ларны исә бәрәңгегә җибәрмәделәр, атнага өч тапкыр «җыр сәнгате гранитларын кимерәчәкбез». Көндезләрен «Спартак»та босоножкалар җитештерсәк, кичләрен без – «артистлар»!

Ма-тур бул-сы-ы-ын, / ямь-ле бул-сы-ы-ын, / гөр-ләп тор-сы-ы-ын / ми-и-не-ем та-вы-шы-ы-ым!



Бу распевка Ирнис абыйның яраткан музыкаль күнегүе.

17 сентябрь. Бүген язучы Атилла Расихның 60 яшьлек юбилей кичәсенә бардык: Разалия, Тәзкирә, Газинур һәм мин. Төзүчеләр мәдәният сарае халык белән шыгрым тулы. Монда кемнәр генә юк! Әмирхан Еники, Сибгат Хәким, Гомәр Бәшировлар... Шунда күзем тагын берәүгә төште. Ап-ак чәче тубалдай тузгыган, озынча аксыл йөзле чандыр карт... Хәсән Туфан түгелме соң? Үзе!

– Туфанны күрдеңме? – дип Газинурга ымлыйм...

Газинур Моратов – төптән таза чыккан, нык бәдәнле егет, Туфанга төбәлеп катып калган. Ә күзләре – яшьле! Җитди булып күренергә тырышып йөрүче Газинурыбыз әллә елый инде? Кичәдән соң трамвайда тулай торакка кайтканда да Газинур төнге Казанга төбәлгән күзләрен тәрәзәдән алмады. Туфан белән очрашудан егетебез нигә шулай тәэсирләнде икән? Әллә ул да күңелендә шигырь йөртәме? Әлегә бер-беребезне бик аз беләбез шул. Бәлки, Газинур да танылган шагыйрь булып китәр... Кем белә...

15 октябрь. Укулар башланды. Без группада төп-төгәл утыз икән, кызлар арасында җиде егет тә бар. Кызларыбыз берсеннән-берсе чибәр, сайлап алганнар диярсең. Безнең факультетта шундый бер мәзәк йөри: «Студентларга карап, кабул итү комиссиясендә ул елны кайсы укытучы эшләгәнен ялгышмыйча әйтеп була, имеш. Мөхәммәт Мәһдиев группасындагы кызлар – бик матур, ә егетләр акыллы була, ди. Мәһдиев дигән язучы матур кызларга начар билге куя алмый, имеш...» Ә менә егетләребез чыннан да – төрледән-төрле! Имтиханнар биргәндә ап-ак капитан кителеннән йөргән Әминне мин берәрсенең абыйсы дип уйлаган идем. Юк икән! Бездән шактый олы булса да, ул да хәзер студент. Аны группа старостасы итеп куйдылар. Кызлар аны «Әмин Дәминович» дип йөртә. Тагын ике егетебез гел бергә йөри – агылый белән тагылый кебек. Берсе шундый озын, бакыр башлы Рәшит Минһаҗев – Мөслим егете; икенчесе – кеп-кечкенә, ут борчасы кебек җитез Фәрит Бәширов, Арчадан килгән. Болар икесе дә шигырьгә мөкиббән егетләр, үзләре дә яза кебек, гел бәхәсләшергә генә торалар. Дүртенче егетебез Газинур Моратов исә күп сөйләшмәс, җитди, безнең белән хорга да йөри... Тагын Альберт, Рахип, Рафаэль... Группабызга куратор итеп Хатип Миңнегуловны билгеләделәр.

21 ноябрь. Әдәбият белеменнән безгә профессор Ибраһим Нуруллин керә. Җыйнак кына гәүдәле агай вәкарь генә атлап аудиториягә үтә. Башта кулындагы таягын мода өчен генә тотып йөри дип уйлаган идек. Юк икән! Хәзер инде беләбез: Ибраһим абый 18 яшендә үзе теләп сугышка киткән, Сталинград фронтында каты яраланып, аягын югалткан. Әнә ул, сөйли-сөйли, тәрәзә буен урап килә. Аның тыныч, ягымлы, вакыт-вакыт кырыс кебек тоелып киткән тигез тавышына тагын бер аваз өстәлә... Шыгыр-шыгыр... Протез аяк үзен гел искәртеп тора...

Ибраһим абый Тукайның иҗатын гына түгел, тормыш юлын да тирәнтен өйрәнгән галим. «Казан утлары»нда басылган әсәрен аерыла алмыйча укыганым хәтердә. Үзе фәнни, үзе әдәби дә әсәр, теле дә искиткеч!

20 апрель. Мин бүген искитмәле бер ачыш ясадым. «Татар теле кемгә кирәк?» дигәндә, җавапсыз калуымның сәбәбен аңлый башладым кебек. Халкымның тарихын да, телен дә, әдәбиятын да бик аз белэм икән бит! Дөрес, XVIII–XIX гасыр, хәзерге чор турында мәгълүмат бар бераз. Ә тарих бит искиткеч киң! Урысның Иван Калиталары, Грозныйлары турында укыталар, ә безнең Болгар дәүләте, Алтын Урда, Казан ханлыгы? Сөембикә турында берни дә белмим бит мин!

Миңнегулов менә хәзер күзне ача башлады... Предметыбыз «Борынгы һәм урта гасырлар әдәбияты» дип атала. Алтын Урда дәүләте турында шундый итеп сөйли, авыз ачып тыңлыйбыз... Алтын Урдада хәзерге татарларның ерак әби-бабалары яшәгән. Сарай шәһәре – Евразиянең мәдәни үзәге саналган!.. Алтын Урда чорыннан безгә килгән ядкарьләр – зур учакның очкыннары кебек кенә... Мәхмүд Болгари, Рабгузый, Хәразми, Котб, Сараи... Бу исемнәрне санап кына калмый мөгаллимебез, һәрберсенең иҗатыннан өзекләр китерә. Яттан сөйли! Тавышы шундый көр, күңелгә ятышлы. Бүген Сараиның «Сөһәйл вә Гөлдерсен» дастаныннан юллар китерде.

– Дастан 1394 елда язылган, – ди ул. – Кояш тирәли әйләнгән Җир, ди Сараи. Ә Җирнең кояш тирәли әйләнүе турында беренче булып кем әйткән?

– Коперник! – дип кычкырабыз хор белән.

– Әйе, дөрес! – ди Хатип абыебыз, һаман да елмаеп. – Ә Коперник кайсы елларда яшәгән соң? Хәтерлисезме?

Хәзер, хәзер, белә идек лә!

– XVI гасырда! Мең биш йөз дә ничәнчедер елда...

«Тукта, тукта! Монда нәрсәдер аңлашылып бетми түгелме соң?» Мөгаллимебез нәтиҗә ясый:

– Алтын Урда дәүләте шулкадәр алга киткән ил була. Шагыйрь һәм галим Сәйф Сараи өчен Җирнең Кояш тирәли әйләнүе Коперникка кадәр үк, 1394 елда ук билгеле булган инде... Менә нинди безнең халкыбыз, безнең әдәбиятыбыз! – ди ул, озын бармагын югары чөеп...

30 декабрь. Бүген бездә бәйрәм! Казан шәһәрендәге иң-иң биек бинаны ачу тантанасы! Егерме катлы! Ул – безнең университетның яңа бинасы. Анда уку заллары, ашханә, зу-у-ур китапханә... Баскычтан да йөрисе түгел – лифт белән генә «чыж» да «выж»... Югары кат тәрәзәсеннән карасаң, бөтен Казан уч төбендә кебек.

Март, 1978 ел. Казан, Казан! / Син якты җыр сыман. Хорда яңа җыр өйрәнәбез. «Казан турында җыр» дип атала. Казанга багышланган җырлар бик күптер анысы, ә бу җыр – безнеке, үзебезнеке! Чөнки җырның шигырен безнең арада утыручы Роберт Миңнуллин язган. Уртача буйлы, интеллигент йөзле, мыеклы бу егет өч-дүрт ел элек татар бүлеген тәмамлаган да, «Казан утлары»ында эшләп йөри. Студент яшеннән чыкса да, хорны ташламаган, репетицияләргә килә, үзен бик гади тота, бер дә һаваланмый. Кызлар аңа «Роберт абый» дип дәшә.

Роберт Миңнуллин – күпләрне әсир иткән яңа җыр авторы! «Әнкәй безне Сөннән алып кайткан» дип атала. Ирнис абый биш минутлык тәнәфес игълан итсә, без «Әнкәй»не көйли башлыйбыз. Сара Садыйкова шәп тә көй язган соң! Ә Роберт абый мыек астыннан гына елмаеп утыра. Хәзер инде беләбез: әнисе аларны – биш баланы ялгыз үстергән икән... Биш бала – бер йодрык... Безнең


Рәсем: Наталья Васильева

хорда аның сеңлесе Люция дә җырлый. Люциянең Миңнуллин сеңлесе икәнен яңарак кына белдем.

Сүзем – «Казан турында җыр» бит әле! Безнең җыр дидем лә! Ниһаять, сер ачылды: җырның көен Ирнис абый үзе язган икән бит! Шул турыда сорагач та, «Әйе!» дип, өзеп кенә әйтми ул. «Без бит бергәлә-ә-әп яздык...» – ди. Менә шундый кеше инде ул! 1968 елда, консерватория студенты чагында, Ирнис абый университетка килеп, татар яшьләрен хорда җырлау серләренә өйрәтә башлый. Нотаның нәрсә икәнен дә белмәгән егет-кызларны дүрт тавышка җырлатып кара әле! Безнең хор Халык хоры дәрәҗәсенә күтәрелгән, төрле фестивальләрдә лауреат исемнәренә лаек булган. Ирнис абыебыз үзе Муса Җәлил исемендәге опера һәм балет театрында хормейстер булып эшли, консерваториядә дә дәресләре бар аның. Кичләрен безнең университетка ашыга ул. Кулында еш кына ипи-сөт салынган сетка була. Өйдә аны гаиләсе көтүен, улы Рөстәм үсеп килүен беләбез... Хатыны – Зилә Сөнгатуллина! Мин моны ишеткәч шаккаттым! Искиткеч чибәр ханым – опера һәм балет театры солисткасы. Кайчандыр ул да безнең хорда җырлаган, диләр. «Салкын чишмә» җырына солист кирәк булгач, Ирнис абый студент кыз Зиләне чакырган булган. И-и-и... язмышлар...

Хорыбыз күпме егет-кызларны дөньяга чыгарган. Без, Казаннан ары китмәгән студентлар, Вильнюс, Уфа, Ленинградларда җырладык, Мәскәүне күрдек!

12 июль, 1978 ел. Арып-талып, Свердловск өлкәсеннән диалектология экспедициясеннән кайтып төштек. «Кызыл Позиция» тукталышында троллейбустан төшүебез булды, хуш истән аңны югалта яздык. Юкәләр чәчәк аткан! Казан хуш искә күмелгән! Кү-ү-үп итеп коймак пешердек, чәй кайнаттык та, Флера апаны кунакка дәштек. Ун минуттан килеп тә җитте, ул күрше йортта гына яши. Флера Сафиуллина бездә тел белемен укытты, ә хәзер бергәләп экспедициядә йөреп кайттык. Узган ел, фольклор җыеп, Ульяновск өлкәсендәге татар авылларын айкасак, быел Свердлау татарларының сөйләшен өйрәнеп мәш килдек.

Бер кызык хәлне дә язып куйыйм әле. Аккүл дигән авылда булды бу хәл. «Без Казаннан!» – диюгә, бар халык: «Сәмси нисек? Арумы?» – дип сораша башлый. Анда шулай «ч», «ш»ны «с»лаштырып сөйлиләр. Башта аптырап калдык: «Нинди Сәмси?» Шуннан Флера Садриевна аңлатып бирде: Аккүл авылы – «Социалистик Татарстан» газетасы редакторы, Татарстан Верховный Советы депутаты, Журналистлар берлеге рәисе Шәмси Хамматовның туган авылы икән! Монда ярты авыл аңа туган тиешле! Шуннан үзебез дә остарып киттек, малай! Исәнләшеп килеп керәбез, «Шәмси абый күп сәламнәр әйтеп калды», – дип сүз башлыйбыз. И-и-и... шатланалар да соң әбибабайлар, чәйләр эчертәләр, сыйлыйлар. «Казанда Шәмси абыйны бик яраталар, хөрмәт итәләр», – дибез! Улы Шамил белән кызы Дамираны да кыстырып мактыйбыз инде. Исемнәрен үзләреннән үк белеп алдык. Туганнары куана, без шатланабыз! Икенче көнне Шәкүр авылына юл алабыз. Монда тагын: «Сәмси нисек? Арумы?» Шәкүрдә Шәмси Хамматов кайчандыр мәктәп директоры булып эшләгән икән. Хәзер дә сагыналар үзен.

...Флера апаны култыклап, юкә чәчәге исеннән исереп, ярты төнгә кадәр Казан урамында җырлап йөрдек. Әллә Флера апа да безнең белән бер яшьтә инде?



24 сентябрь. Казанның 10 нчы интернат-мәктәбендә практика узып йөрибез. Мингаян белән миңа алтынчы сыйныф җитәкчелеген тапшырганнар иде, тырышып-тырмашып шуларны «тәрбиялибез». Класста 36 укучы. Үзләре шундый шук, шаян! Сүз тыңламаган чаклары да булыштыра... Күңелләрен күрәбез дип, беркөн зоопаркка алып бардык. Берсе шунда мороженое алган да, бүтәннәрне кызыктырып, ашап тора. Башкалар исә мороженоега караган да каткан! Читлектәге маймылда да, арысланда да эше юк аларның. Менә шул... Студент халкы бай була бит ул – кесә тулы акча! Кичә стипендия алган идек... Утыз алтысына да мороженое алып бирдек. Кесәгә бераз сукты сугуын. Зато мороженое тәмле иде... «Эскимо»! «Во!» дигән!

Хәзер сүзем бүгенге кичә турында. Без аны «Дуслык кичәсе» дип атадык. Чөнки чит илдән килеп, безнең университетта укучы студентларны кунакка чакырдык. Куба егетләре Луис белән Леонардо, немец кызлары Катарина белән Мартина, тагын Төрекмәнстан гүзәлләре Айгөл белән Зөлфия. Шундый чибәрләр! Миңа бигрәк тә аларының милли орнаментлар белән бизәлгән күлмәк киеп йөрүе ошый. Башка студентлардан әнә шулай аерылып торалар. Аралашуы да бик күңелле шулар белән: без – татарча, алар – үзләренчә! Сиптерәбез генә! Безнең телләр шундый охшаш икән бит!

Нинди генә сорау биреп бетермәде безнең алтынчы класс. Берсе Луистан сорый: «Сездә кар нинди төстә?» – ди. Кызык сорау! «Бездә кар юк», дигәч, шундый кызгандылар үзен. Чаңгы шуа белмисеңмени, диләр. Кышын интернатка кил, чаңгы шуарга үзем өйрәтәм, дип аптыратып бетерделәр.

16 ноябрь. «Чыбыксыз телефон»нан хәбәр килгән. Имеш, Казанда миллионынчы кеше туган! Кызы-ы-ык! Кем икән ул? Малаймы, кызмы? Исеме ничек? Кайчан рәсми рәвештә игълан итәрләр? Кызлар кызып-кызып бәхәсләшә. Төркемебездәге бакыр башлы Рәшит кенә бәхәскә катнашмыйча читтә йөри. Кызлар кинәт аңа ябырылды:

– Әйт әле, Рәшит, менә син ничек уйлыйсың?

Аның еш кына «саллы-саллы» сүзләр әйтеп, безне шаккаттыра торган гадәте бар.

– Хы-ы...– ди ул исе китми генә, – аны бит өстә билгелиләр... Сайлап алалар...

– Ничек инде – «өстә»? Сайлап?

– Менә шулай... Әллә Казанның «фәлән» роддомында миллионынчы бала туганны көтеп торалар дип уйлыйсыңмы? Политика бу, дустым! Соңгы ун көндә туган йөзләп бала арасыннан иң «подходящиен» сайлап алалар. Ул, мөгаен, интернациональ гаиләдән булырга тиештер...

– Нигә – интернациональ?

– Политика, дустым...

– Малаймы, кызмы? Син ничек уйлыйсың?

– Билгеле, малай! Нәсел дәвамчысы! – ди, озын бармагын югары чөеп.

– Ә исеме, исеме ничек булыр?

– Мулла чакыртып, исем кушарлар дип уйлыйсызмы?

Теге озын бармак тагын өстә чайкала.

– Исемне дә өстән тәкъдим итәрләр! Мәсәлән, Азат... Илдус... Ирек...

...Кичен исә бөтен Казан шау килде. Радио-телевизор гөрләп тора. Казан – миллионер шәһәр! Бүгеннән СССРның егерме шәһәрендә миллионнан артык кеше яши. Миллионынчы казанлының исеме – Ирек Мостафин икән.... Ирек! Нәкъ Рәшит әйткәнчә түгелме соң? Ирекнең әтисе – Шамил, ә әнисе Надежда исемле, ди! Бакыр башлы Рәшитне әүлия дими ни дисең!

22 гыйнвар, 1980 ел. Бу семестр да тәмамланды, бүген соңгы имтиханны бирдек. Барысы да «биш»ле минем! Шул хөрмәткә киного киттек... Бер егет белән... Ул тарих бүлегендә укый. Мәктәптә дә укыткан, армиядә хезмәт итеп кайткач, университетка кергән, миннән биш яшькә олырак. Ул безнең хорга йөри. Солист! Хордан без гел бергә кайтабыз. Миңа аның белән янәшә атлау ошый... Ул – ышанычлы... Менә шул!

«Татарстан» кинотеатрында «Мой ласковый и нежный зверь»не карадык. Матур фильм төшергәннәр! Кино бетсә дә, музыкасы колакта яңгырап тора. Вальс әйләнәсе килә! Биеп тә алдык. Аннан ул: «Әйдә, җәяү кайтабыз!» – ди. Җитәкләшеп, Лобачевский урамыннан күтәрелдек. Физкорпус, химкорпусларны үттек. «Черек күл»гә җиттек... 30 нчы елларда анда каберлек булган, дип, әллә никадәр имеш-мимеш ишеткән бар иде. Исеме дә ямьсез – «Черек күл». Шул турыда әйткән идем, егетем көлеп җибәрде.

– Черек күл – заманында Казанның иң тирән, чиста сулы, балыклы күле булган. Анда кара аккошлар йөзгән...

Почмактагы чәчәк кибете янынннан үтәбез.

– Синең бу чәчәк кибете турында ишеткәнең бармы?

Ул Казан шәһәрендәге иң-иң ка-а-арт кибет. Аны сәүдәгәр Квасников 1900 елда ук салдырган. Бу почмакта ул чакта шыксыз полицейский будкасы торган. Казанны бозып тора, дип, сәүдәгәрнең моңа эче пошып йөри икән. Шуннан ул шәһәр башлыгы белән сөйләшкән дә, менә шушы чәчәк кибетен төзеп бүләк иткән!

– Моны каян беләсең? – дип, сокланып аңа төбәләм.

– Казан турында курс эше яздым, – ди, көлеп.

Без кибеткә кердек. Гөлләрнең нindие генә юк! Шунда күзем берсенә төште. Миләүшә гөле! Әнием аны шулай атый, ә чын исеме примула! Авылдагы өебезнең тәрәзә төбендә дә, шәмәхә чәчәкләргә күмелеп, әллә ничә чүлмәк утыра. Ә монысы – ап-ак чәчәктә! Кыш уртасында!

Кәгазьгә төрелгән миләүшә гөлен кочаклап, урамга атладык. Алдыбызда – Черек күлгә керә торган дуга-капка.

– Ә бу капканың серен беләсеңме? Бу – «Арка влюбленных», ягъни «Гашыйклар аркасы».

– Әле генә уйлап таптыңмы? – дим, шаярта дип уйлап, көлеп җибәрәм.

– Юк ла инде! Бу арканы утызынчы елда ук төзегәннәр... Моннан илле ел элек... Ә менә арканың сызымнары бөек математик Лобачевский кәгазьләре арасыннан табылган дигән фараз яши.

– Кызы-ы-ык! «Гашыйлар аркасы» дип тә Лобачевский атаганмы?

Ул көлеп җибәрде.

– Хәзер тикшерәбез аны.

Егетем үзе арканың бер башына басты, ә мин исә – икенче башта торам. Аралар ун-унбиш метрлап бардыр.

Шунда мин аның: «Әнисә, ишетәсеңме мине?» – дигән сүзләреннән дертләп куйдым. Ул бит әнә кайда ук басып тора! Ә үзе шундый якында гына пышылдый кебек!

– Әнисә, арканың серен төшендеңме инде? Аның акустикасы үзенчәлекле: пышылдап кына әйтелгән сүзләр дә яңгырап ишетелә. Тик чит-ятларга түгел! Икебезгә генә!

«Аның тавышы да ошый икән миңа» , – дип уйлап куям. Без «Гашыйклар аркасы»нда торабыз. Инде караңгы да төшеп килә... Эңгер-меңгердә аның йөзе дә, күзләре дә бигүк ачык шәйләнми... Ә сүзләре – янәшәмдә генә...

– Әнисә! Мин сине яратам! Бик яратам!

Сискәнеп киттем. Үзем дә сизмәстән:

– Мин дә! – дип пышылдыйм. – Мин дә яратам!

20 апрель. Бүген актлар залында шаулап-гөрләп фестиваль концерты узды. Татар фестивале! Үзебезнеке! Безнең хор концертны башлап та җибәрә, тәмамлый да. Хәзер факультетта үзебезнең бию ансамбле дә бар. «Каз канаты» дип атала. Ә Камал театры артисты Хәлим Җәләлов бездә театр түгәрәге алып бара. Гөрли безнең татар бүлеге!

Концертта бер кызыклы номер булды. Конферансье «Егетләр» ансамбле дип игълан иткәч, зал, аптырап, пышылдашып алды: «Егетләр» диме? Нинди ансамбль? Ник белмибез?» Шунда «егетләр» үзләре дә күренде. Иң алда – Мөхәммәт Мәһдиев, аның артыннан профессорлар Гомәр Саттаров белән Вахит Хаков, Шәйхи Садретдинов, Альберт Яхин, Хатип Миңнегулов, Марсель Бакиров тезелешеп чыкты. Иң соңгы булып Сәгадәт абый Ибраһимов күренде. Тезелеп басты болар. Солдатлармыни! Аннары, уң аякларын бераз алга чыгарып, биюче позициясен алдылар. Конферансье шунда солистны да игълан итте: «Флера Ганиева!» Зал гүләп ала... Озын чәчләрен таратып, Флера Әкрамовна килеп чыга. Заманында татар хорының солисткасы булган бит ул. Сәхнәдән моң агыла...

Ал Зәйнәбем, гөл Зәйнәбем, / Рәхәт үтсен җәйләрең.

Ә без егетләрнең дә җырга кушылуын көтәбез... «Егетләр» ансамбле бит! Бер куплет бетте... Икенчесе башланды... Көтәбез... Хәзер өченче куплет... Һәм җыр тәмам?! Шунда «егетләр» кулларын алга таба селтәп, югары чөйделәр дә... «Һ-е-ей!» диделәр. Бу «Һ-е-ей!» бөтен актлар залын тутырып, кайтаваз булып яңгырап торды: «Һ-е-ей!»... Зал тәгәрәде генә! Андагы алкышлар! Ярый әле патша заманындагы борынгы люстралар төшеп ватылмады!

Концертны Татар халык хоры йомгаклый. Визит карточкасына әйләнгән «Туган ягым» җыры яңгырый. Рамазан Байтимеров шигыренә Рөстәм Яхин искиткеч көй иҗат иткән. Җырны солист – тарихчы егет Ринат Шакиров башлый. Тенорлар белән баслар дәвам итә, аларга сопрано белән альт кушыла. Финал искиткеч яңгыраш ала: дүрт тавышлы аккорд!

Тик син генә яшәү матурлыгы,
Гүзәллеге як-ты дөнь-я-ның!

1 декабрь. Бүген безнең татар бүлегендә искиткеч кичә узды. Шигърият кичәсе! «Бәйлисе бар йөрәкне» дип атала. Хәсән Туфанның 80 яшьлек юбилеена багышланды. Бик тырышып әзерләндек: Хәсән Туфан үзе киләчәк бит! Авырып китмәсә генә ярар иде дип теләкләр теләдек. Һәм ул килде! Дуслары Гомәр Бәширов һәм Сара Садыйкова белән бергәләп. Үзе шундый ябык, ап-ак йөзле... Бүгенге кичә, күңелдә туган уйлар мәңге-мәңгегә хәтердә калыр күк тоела миңа! Үзебезнең шагыйрь егетләребез дә чыгыш ясады. Алар бездә өчәү – безнең Газинур, беренче курстан Ркаил Зәйдуллин белән Ләис Зөлкәрнәев. Егетләр өчесе дә поэмадан өзекләр укыды. Үзенә сүз биргәч, Хәсән Туфан елмаеп әйтеп куйды: «Яшь чакта мин дә поэмалар яза идем», – ди. Көлештек... Бергәләп фотога төштек... Кайттым да киштәдән Туфан җыентыгын эзләп алдым... Төне буе шигырь укып чыктым...

25 июнь. Бүген безгә диплом тапшырдылар. Без хәзер – югары белемле филологлар, татар теле һәм әдәбияты укытучылары! Әле кайчан гына керү имтиханнары тапшырып йөргән идек, төннәр буе сессиягә әзерләндек, лекциядән качып, кинога йөгердек, каушый-каушый диплом якладык... Биш ел үткән дә киткән... Ап-ак колонналар һаман да төз, матур... Яшь Ульянов һаман да унҗидедә... Профессор Тумашеваның бәрхет тавышы яңгырый:

– Шакирова Әнисә Әнвәр кызы...

Мин сәхнәгә күтәреләм. Диләрә Гарифовна кулымны кыса... Тавышы шундый ягымлы, безне укыткан чактагы кырыс ханымга бөтенләй охшамаган. Әллә нигә күңелем йомшап китә... Елап җибәрмәскә тырышып, иреннәремне кысам. Үзем, елмаеп: «Рәхмәт... Рәхмәт...» – дип пышылдыйм... Тиздән төрле тарафларга таралышырбыз.
Соңгы көннәрдә гел «Казан кичләре»н җырлыйбыз:

Озатып калырсың безне, Казан,
Баласын очырган кош сыман...

* * *

...40 елдан соң кабат очраштык... 40 ел элек, университет тәмамлап, төрле җирләргә таралган яшьләр идек...

– Беребез дә югалып калмаганбыз! – диде гомер буе мәктәп директоры булып эшләгән Альберт горур гына. – Йә, санап карагыз әле, группадан ничә укытучы чыккан?

– Разалия белән Раушания – Татарстанның атказанган укытучылары!

– Егерме биш укытучы!

– Газинур Морат – шагыйрь! Тукай премиясе лауреаты!

– Рәшитебез – танылган журналист!

– Фәрит Бәширов профессор... Иде...

Шактый озак шаулаштык без...

Шунда Фирая көлеп җибәрде:

– Карагыз әле, кара! Әнә тегендә! – Ул университетның ап-ак колонналарына ымлады: – Күрәсезме, ак күлмәкле кызны? Колонналар кочаклап йөри! Әнә, әнә!

– Минем оныгым ул... – диде Әнисә елмаеп. – Бүген документларын тапшырды... Татар бүлегенә... Мәктәпне алтын медальгә тәмамлаган иде...

Барысы да сокланып аңа карады.

...Яшь Ульянов һәйкәле янында хатирәләр яңарды, хисләр ташыды, күңелләр тулды... Гарәп-фарсы телләре укытучыбыз Мостафа Ногман сүзләренә язылып, гимнга әйләнгән җыр кабат-кабат яңгырады:

Кая китсәк тә онытылмас
Универ-си-тет.
Сакланыр һаман күңелдә
Безнең факуль-тет!..

Әни онытыламыни?!

«Ничек кенә авыр булса да, балаларны укыт, кеше ит. Бу – минем сиңа аманәтем», – ди Әлмөхәммәт. Повестка сугышның беренче көненнән үк диярлек килә дүрт бала әтисенә. «Балалар да балалар, дисең. Ә мин?! Мин синсез нишләрмен?» – дип өзгәләнә Мәхезүмә. Әлмөхәммәт, сөеклесен күкрәгенә кысып, соңгы сүзләрен әйтә: «Ә син көт. Үле хәбәрем килсә дә, 11 ел буе көт мине!» – ди.
Газиз ирләрен сугышка озатып, итәк тулы сабыйлары белән калган аналарның язмышлары бербересенә бик нык охшаган. Әмма һәр юлның үз сикәлтәләре, үзенә генә хас авырлыклары булган кебек кеше язмышлары да төрле була...
Әлмөхәммәттән соңгы хат 1941 елның октябрендә килә... Мәхемүзә апа Кукмара районы Түбән Үрәс авылында, иреннән тол калып, ике кыз, ике ул үстергән. Җаннарына олы хәсрәт иңгән ятимнәренә, ана мәхәббәтенә өстәп, ата тәрбиясен дә бирергә тырышып яшәүче әнисен аның улы – Әнәс Бәширов искә ала...



1962 ел. Әнәс Бәширов хәрби хезмәттән ялга кайткач. Әнисе Мәхемүзә апага 58 яшь.

Әни безне эшләтеп үстерде. Үзе дә искиткеч тырыш кеше булды. Аның белән бәйле истәлекләрне кабат-кабат күңелемдә яңартам... 8 нче сыйныфта укыган вакытым. Мәктәп авылдан 25 километр ераклыкта – район үзәгендә урнашкан. Мин тулай торакта торам, авылга айга бер генә тапкыр кайтам. Әни атна саен базарга килеп әйбер сатып, миңа ризык кертә, бераз акча калдыра. Бервакыт авылны бик сагындым да, бер-ике сәгать укыгач, төштән соң авылга кайтып киттем. Әкренләп кайта торгач, төн җитте. Инде беренче кар яткан. Ай яктысы яп-якты: бөтен тирә-як ап-ачык күренә. Кулыма озын таяк тотып барам. Бүре килсә авызына гына тыгам, янәсе. Бала булганмын инде... Кайсы бүре авызын ачып, таяк тыкканны көтеп торыр икән?..

Кайта торгач, өзелеп тамагым ачты. Бер телем ипи ашасам да аякларыма хәл керер кебек. «10 километр чамасы юл үтелгән булырга тиеш», – дип санап кайтам шулай. Башымны күтәреп карасам, каршымда бер кара әйбер шәйләнде, туктап калдым. Теге дә туктады. «Нәрсә булыр бу?» – дип уйлыйм. Бүре булса, кызу-кызу килер иде. Бераү генә булмас иде, бүре түгелдер. Усал кеше, берәр бандит булса туктамас иде. Миннән куркып туктый бит инде бу, дим. Мин дә киләм, теге шәүлә дә якынлаша. Шактый якынайгач, карасам – әни, җаныкаем! Караңгы төндә чана тартып, Кукмара базарына бәрәңге сатарга бара. Очраштык кыр уртасында. Сөендем инде әнине очраткач! Әни мине кочаклап алды да: «И-и-и улым, бик арыгансың

Күзгә карап та, сүзгә карап та күңелдәгене укырга сәләтле иде безнең әнкәй.

инде, авылга кайтасы юл шактый ерак әле, булмаса якындагы авылга, танышларыма кереп төн куныйк», – диде. Әнинең танышлары безне бик җылы каршы алдылар. Иртә белән мин торганда әни базарга киткән иде инде... Юл буе әнине жәлләп кайттым. Карлы юлдан авыр чана тартып базарга баручы газиз әнкәм күз алдымнан китмәде...

Мин унынчы классны тәмамлаганда ике апам да институтта укыйлар иде инде. Ярты ел Донбасста эшләп, авылга бераз акча туплап кайттым. Калган да булыр идем, әни кайтырга кушып хат язды. «Син укырга тиеш, улым», – диде. Әни сүзе – закон. Авылдан китеп Казанга, авыл хуҗалыгы институтына укырга кердем. Әни янында, төп йортта абый калды.

Күзгә карап та, сүзгә карап та күңелдәгене укырга сәләтле иде безнең әнкәй. Мине дә күз уңыннан ычкындырмады. Бер хатирә бик нык истә калган. Институтта – дүртенче курста укыган чагым. Югары стипендия алам, эшләп укыйм. Кесәгә ай саен 300 сум акча керә башлады. Акча күп, дуслар аннан да күп. Күңел ачулар ешайды. Бер атнаны авылга кайтмадым. Җиләк-җимеш, мул гына итеп конфетын-чәен тутырып әнигә посылка җибәрдем. «Улыңа тәүфыйк теләп, әбиләр җыеп аш уздыр», – дип, берничә юллык кына хат та яздым. Әнине сагайтырлык тагын нинди сүзләр булгандыр хатта, хәтерләмим... Берзаман авылдан абый шалтырата: «Син нәрсә эшләп йөрисең анда, әнигә нинди хат яздың? Хатыңны укыгач әни бик нык ачуланды. Посылкаңны кире кадаклатып куйды. Иртәгә үк Казанга барам, күрсәтермен мин аңа тәүфыйкның кая икәнен, диде. Кара аны! – дип кисәтте абый. – Әни, тулай торакка барганчы, син беренче елларда фатирда торган әбигә дә кереп чыгарга ниятли».

Әнинең Казанга киләсенә тамчы да шикләнмәдем. Гаять акыллы, зирәк булуы өстенә, бик тәвәккәл дә иде шул әниебез. Чынлап та, икенче көнне әнием Казанда яшәүче ерак туганыбызның адресын тотып юлга кузгала. Бәхетенә, урыны минем белән бер институтта укучы Кукмара егетләре белән бер вагонга туры килә. Егетләр әнине Казанда ташлап калдырмыйлар, әйберләрен күтәрешеп адреста күрсәтелгән фатирның ишек төбенә кадәр алып барып куялар. «Балакайларым, – дип аптырый әни, – бу мин эзләгән фатирга охшамаган. Туганнарымның өе Тукай урамы белән Татарстан урамы чатында, трамвай тукталышы каршында иде. Хәзер нишлим икән инде?» Шул вакыт, сөйләшкән тавышларны ишетеп, фатирдан бер бабай чыга. Хәлне аңлап алгач: «Караңгыда интегеп йөрмәгез, иртәгә улыгызны эзләп табарбыз», – дип, әнине үзләренә төн кунарга чакыра. Егетләр әнине шуннан соң гына калдырып китәләр.

Бабай белән әби әнине бик яхшылап кунак итәләр. Иртә белән бабай безнең тулай торакка килә. Вахтер апага миңа тапшырырга кушып хат калдыра. Кире өенә кайтканда, Тукай урамы чатында трамвайдан төшеп, әни әйткән йортны эзләп карарга исәпли. Бәлки, фатир белән өй номеры бутап язылгандыр дип уйлый ул. Һәм хаклы булып чыга. Ишекне аңа безнең туганыбыз ача. Бабай кайтып әнине сөендерә, туганнарыбызга үзе үк алып барып та куя.

Мин исә «әниең килде» дигән сүзләрне укыдым да, запискада язылган адресны да укымыйча туры туганнарыма барып кердем. Әни кичкә кадәр тыныч кына мине көтеп утырмаган. Мин элек торган фатир хуҗасына авыл күчтәнәчләре илтеп кайтырга да өлгергән. Әби мине бик мактагандыр, күрәсең (алдагы көнне күчтәнәчләр күтәреп барып, әнинең киләсен әйтеп, әбекәйне кисәтеп өлгергәдем), әнинең кәефе яхшы иде. Аны тулай торакка алып кайттым. Бүлмәдәш малайларны да бик ошатты әни. Ул вакытларда тулай торакта «кунак бүлмәсе» бар иде. Шунда бер кич кунгач, әнине поездга утыртып озатып җибәрдем. «Тәүфыйк» хаты турында әнкәй авыз ачып бер сүз дә әйтмәде, мин дә эндәшмәдем. Тиздән абый хат язды, әни, теге посылканы ачтырып, әбиләр җыеп аш үткәргән...

Әнине авылга озаткач та, күчтәнәчләр алып әнине төн кундырган бабайларга бардым. Күчтәнәчләр арасында аракылы шешә күреп Ленинград блокадасын кичергән бабай кызып китте: «Бер сугарга бетмисең, ике сугарга җитмисең, энем. Әле син шул хәрамне кулыңа тотасыңмы? Карт әнкәңнән оялыр идең. Хәзер үк күз алдымнан югал», – диде.

Әнинең килүе, бабайның ачулы сүзләре мине бик нык уйландырды, чынбарлыкка кайтарды, төзәтеп булмаслык ялгышлардан саклап калды.

Гомер үтә торды... Әниебез, картаеп, үлем түшәгенә ятты. Бервакыт авылга кайткан чагым иде. Төн уртасында: «Әни, әни», – дигән тавышка уянып киттем. «Әни, саташасың, тор әле», – дим. «Юк, саташмыйм, – ди әни, – газиз әнкәм белән сөйләштем, хәзер генә янымда иде». Уйламыйча: «И-и әни, 50 ел элек мәрхүм булган әби күптән онытылгандыр инде», – дип әйтеп ташладым. «Яндыр әле утны!» – диде әни. Сикереп торып утны яндырдым. «Кара күземә!» – диде әни. Янына барып чүгәләдем. «Әни онытыламыни ул?» – диде ул күземә карап. «Әни, гафу ит, ялгыш сүз әйттем», – дип еладым. «Утыңны сүндер дә ят. Иртәгә эшкә барасың бар», – диде ул...

...Әнинең соңгы сәгатьләре җитеп килгәнен чамалый идем. Беркөнне эштән Вильнюска – бик дәрәҗәле конференциягә барырга тиешлегемне хәбәр иттеләр. «Бармыйм», – дидем. Әни бу турыда белгәч: «Бер атнага гына булгач, бар, улым, сине көтәрлек кенә чамам бар әле», – диде. Көтмәде шул. Кайтырыма нибары бер көн кала, күзләрен мәңгелеккә йомган иде.

Менә үземә дә 80 яшь тулды. Ятсам да, торсам да, кая гына барсам да, әни гел исемдә. Югыйсә әнинең вафатына да 43 ел үткән. Әни онытылмый икән ул...

Гүзәлия СӘЙФУЛЛИНА язып алды.



АЛТЫН БӨРТЕКЛӘРЕ



Фото: Анна Арахамия

– Йоклаган җирдән ыңгырашкан кебек кенә булды Дилшат. Башы җайсыз ята дип борып куйган идем, авызыннан күбек китте. Йөгерешеп кергән табиблар да ярдәм итә алмады... 44 яшендә китеп барды шулай. Кисловодскидан безне алырга колхоз машинасы өч көн килде, аннан тагын өч көн кайттык Ленино авылына...

Сөйли башлауга ук күзеннән яшьләр тәгәри Әминә апаның. Декабрьнең салкын төнендә, хатынын тол калдырып, гүр иясе була баһадирдай ир. Берсеннән-берсе кечкенә алты улы ятим кала... Олысына – 12, кечесенә 3 кенә яшь була...



Алсу ШАКИРОВА

Әминә апа фотосурәтнең берсен куя, икенчесен ала... Кайсына караса да – Дилшат абый игътибар үзәгендә: республика җитәкчеләре белән басу буйлап атлый, менә кулында алдынгылар байрагы, әнә – офыкка кереп югалучы комбайннар парадын җитәкли, монысында – район «Сельхозтехника» оешмасы җитәкчесе инде ул... Уңыш, дәрәҗә, бәхетле тормыш бөркеп тора фотолардан. Дилшат Әшрапов җитәкләгән «Советская Татария» колхозын Яңа Чишмәдә дә, күрше районнарда да яхшы хәтерлиләр. Партия хакимлеге, катгый идеяләр хөкем сөргән вакытта эшләсә дә, үз чорының иң алдынгы, көчле җитәкчеләренең берсе була ул. Беркемгә баш ими, теләгенә һәрвакыт ирешә! Теләсә кем белән уртак тел табучы, бар нәрсәне дә үзенчә эшләүче председательнең фикеренә район җитәкчеләре дә һәрвакыт колак сала. «Ак король» кушаматы да юкка гына бирелми Дилшат Әшраповка: иң югары уңыш, иң күп савылган сөт, зур төзелеш-

ләр, кайтартылган ашламалар – барлык алдынгы күрсәткечләр дә Дилшат абый җитәкчелегендә ирешелә. Әнә шул фидакарьләрчә эшкә бирелүе, алны-ялны белмичә хезмәт итүе йөрәген кинәт туктатып, тормышын вакытсыз өзә дә, күрәсең...

Калган кешегә яшәргә кирәк... Ә хәсрәтле көннәр онытылмый икән ул... Бераз басылган кебек булса да, һич онытылмый... Башын аска ия дә, балалар дип яши башлый Әминә апа. Күзендә яшь кипми... Дилшатының исемен ишетүгә үк күңел кәсасе ташып чыга. Алты малай, абзар тулы терлек... Көн саен биштә торып маллар янына чыга, шунда балаларыннан яшереп күз яшьләрен түгә дә, ике сәгатьтән кереп аларны уята, аннары бергәләп мәктәпкә чыгып китәләр... Иртән торып берүзе маллар янында йөрүен күреп торган күршесе улы Ильясны оялтырга тырыша: нигә әниегезгә иртән булышмыйсыз, имеш. «Нигә уятмыйсың, әни?» – ди Ильяс, чітенсенеп. Ни эшләре бар аларның кеше баласында, дип өзгәләнә ана йөрәге. Җәлли, йокласыннар әле ди... Бала бит алар. Көне буе эшкә җигелеп, әниләренә тормыш арбасын тартырга булышалар болай да. Ләкин дәшми... Барлык үпкәсен эченә йота, беркайчан да кеше белән сүзгә килми, каршы әйтми. Дилшаты та шундый иде бит. Өстеннән зарланып шикаять язучыларга да начарлык эшләгәне булмаган җитәкченең. Тагын да күбрәк ярдәм итәргә тырышкан әле. Бу тормыш сабагын малайларына да өйрәтә Әминә апа. Таш атканга аш белән атыгыз дип үстерә...

Бу язмага алынганда Әминә апаның алты улы гомерләрендә беренче тапкыр аның сүзенә каршы төшкәннәрдер, мөгаен. «Минем турында журналга язарлык берни дә эшләмәдем», – дип ризасызлык белдерә тыйнак әниләре. «Ана даны» медаленә лаек булган, 42 ел мәктәптә математика фәнен укыткан, алты улын тәрбияләп олы тормышка чыгарган һәм 18 оныгына әби булган әниләре турында бүген егетләр үзләре сөйли...

Нияз (олы улы):

– Әти үлгәндә миңа 12 яшь иде. Беренче хәбәр мәктәпкә килеп иреште. Илгиз энем яныма килде дә: «Абый, шундый сүз ишеттем, дөресме икән?» – ди... Укытучылар безгә сәер карыйлар, ләкин берни әйтмиләр. Әтиегез чирләгән дип, кайтарып җибәргәннәрен хәтерлим. Өйгә кайткач та башта әйтмәделәр. Бертуктаусыз туганнар, күршеләр кереп йөри... Күңел тыныч түгел... Аннары әйттеләр безгә – әти үлгән...

Әтинең әнисе – әби дә безнең белән яшәде. Әни белән бергә 25 ел гомер иттеләр, шуның 13 елын – әтисез. Әни өчен бик зур терәк иде әби. Безгә дә һәрвакыт күз-колак булып торды. Әле дә хәтерлим – почмакта әбинең сыек чыбыгы тора. Тыңламасак, ачулана, шул чыбык белән куркыта... Ә без ул чыбыкны качып сындыра идек. Ике хатын-кыз безне шулай кулда тотарга тырышканнар инде... Соңрак Тубылгыда өй салдык, шунда күченергә иде исәп. Әнинең әти-әнисе дә, абыйсы да шул авылда яшиләр иде. Йорт иясез тормасын дип, әби шунда күченде. Башта кайтып йөрде, аннары төпләнеп үк калды. Ул ялгыз кунмасын дип, әле беребез, әле икенчебез әби янына кунарга менәбез. Кич чыгудан тыя иде безне әни, бер дә рөхсәт итмәде. Ә без ат җигеп әби янына менәбез, өс киемнәрен дә алыштырмыйбыз. Шикләнерлек урын юк, имеш. Тубылгыда әнинең энесе Фәрит абый яши иде. Аның киемнәре безгә таман – киенәбез дә клубка китәбез... Әни укытучы бит. Җиткергәннәр... Шулай кич чыгып йөрсәк тә, тәртипсезләнеп, сугышып йөрмәдек. Әнигә кыен китерерлек булмадык...

Терлекне күп тоттык инде. Аларны ашатыр өчен печәне дә, фуражы да кирәк бит. Ярый әле ул вакытта әтине белгән колхоз рәисләре ярдәм итте. Сөйләшергә дә, сорарга да өйрәндек. Тормыш өйрәтте... Кая гына барсак та, әтине беләләр, якын итеп искә алалар иде.

Берничә ел элек Яңа Чишмә ягына бозау алырга чыгып киттек Иршат энем белән. Сайладык та, бозауларны бер абзыйның машинасына төяп, кайтырга чыктык. Сөйләшеп киттек шулай. «Сез кем малайлары?» – дип сорый. Дилшатныкы, дибез... (Ниязның күзләре яшь белән тулды. – А. Ш.) «Мин сездән бер тиен дә алмыйм, егетләр... Яшь белгеч булып районга эшкә кайткач, әтиегез мине фатирлы итте, аңа булган бурычымны түләп бетерә алмам», – диде. Әтинең үлгәненә 25 ел узган иде инде...

Ильяс (икенче улы):

– Нияз белән арабыз бер генә ел. Әти үлгәч, әнинең төп ярдәмчеләренә әйләндек. Җаваплылык хисе үзеннән-үзе җилкәгә менеп утыра икән ул... 12-13 яшебездә әнинең төп киңәшчеләре, тормыш алып баруда зур терәге булдык инде без. Хәзер үз улыма 12 яшь менә... Әле ул бала гына. Без шул яшьтә хуҗалыкка күпме утын, никадәр ашлык, бодай кирәген, кыш чыгар өчен күпме печән әзерлисен үзебез белеп, планлаштырып эшли идек. Үзебез барабыз, сөйләшәбез...

Әни алып кайткан әйберләрне берсүзсез кия идек. Зур булса да, кыскарак булса да, «ошамый», «нигә болай булган бу», димәдек. Булганын саклап кидек. Беркайчан да каршы дәшмәдек әнигә. Чәчебезне дә үзе ала иде: алты малайны авыл җирендә кемгә алып барасың... Атнасына утыз сәгать дәрес укыта, кичен план яза, ике төпчек энебез – итәгендә. Дәфтәр тикшерергә миңа бирә торган иде кайвакыт.

Әти исән вакытта өйдән кеше өзелмәде: гел кунакка килеп, аралашып йөрде дуслары. Аралашкан кешеләре дә үзе кебек көчле иде, арада җитәкчеләр дә күп... Әтине югалткач, бик азы гына дус булып калды. Рәхмәт аларга, кайчан ярдәм сорап барсак та, кире борып җибәрмәделәр. Әтинең бөтен дуслары арасында иң якыны Айрат абый Әюпов иде: ул вакытта Татарстан буенча «Сельхозтехника» җитәкчесе урынбасары – безне беркайчан ярдәменнән ташламады. Үскән чакта да, студент вакытта да терәк булды. Авылга кайтмаган атнада аларга барып, ашап-эчеп, юынып китә идек. Уйлыйм да, гаҗәпләнәм: кем кеше баласын шулай каршы алып, юындырып, ашатып-эчертеп җибәрә хәзер... Ярый Айрат абый безне белә дә ди, ә хатыны өчен бөтенләй чит



Әти уллары инде алар барысы да, нәкъ әтиләре...

булганбыз бит. Үз балалары кебек якын күрделәр. Айрат абыйның ике улы белән әле дә туганнар кебек аралашып яшибез.

Иршат (өченче улы):

– Әти үлгәндә миңа 10 яшь иде. Әллә ни белеп бетерә торган яшь булмаса да, авыр булганын хәтерлим. Әни бик көчле кеше, бирешмәде... Ул беркайчан да эчендәгесен кешегә белгертми. Безне дә борчымый... «Әни, нидер бар бит», – дим, кайвакыт телефон аша да хәлен сизенеп. «Юк, улым, бар да әйбәт», – ди. Бик сабыр ул безнең. Гомер буе шундый булды. Әни математика укытучысы гына түгел, минем класс җитәкчем дә иде. Өчебез мәктәпне – медальгә, ике абый – институтны кызыл дипломга тәмамладылар, алтыбыз да – югары белемле. Һәр көне геройлык булгандыр әнинең: алты баланы карап бетерергә кирәк, җитмәсә, барысы да – малайлар. Бер елны – берьюлы алты укучы, икенче бер вакыт дүрт студент укыдык. Атна азагында авылга кайтабыз. Әни барыбызның да киемнәрен юып, төнлә торбага чорнап киптерә, үтүкли. Икенче көнне кабат Казанга озата. Бездән башка берни турында уйларга вакыты да булмаган инде аның... Әнине ачуландырырга сәбәп бирмәскә тырыштык. Каеш дигән әйберне беркайчан күрсәтмәде ул безгә. Күз карашы да җитә иде... Әле дә шулай.

Әти исән чакта: «Улым, кем булырга телисең?» – дип сораса, «Конюх», – дип җавап бирә идем. Шуңа күрә атка бәйле эшләр кечкенәдән минем өстә булды – хобби кебек. Ат җигеп тирес түгү, азык алып кайту эшләрен мин башкара идем. Ир-атныкы, хатын-кызныкы дип бүлеп тору юк, бар да программага салынган кебек барды. Барыбыз да сыер сава беләбез. Әни безне хезмәт белән тәрбияләде. Башка балалар кебек урамда уйнап йөрергә вакыт та булмады. Әнинең энесе Фәрит абыйны әти урынына күрдек, нинди эшкә тотынсак та, аның белән киңәшләшә идек. Яшь булсаң да, олыгайсаң да, олы кеше сүзе һәрвакыт кирәк. Ә әтине гел юксынабыз... Әти әле дә җитми...

Илгиз (дүртенче улы):

– Әтинең вафатына бәйле вакыйгаларны өзек-өзек хәтерлим. Белмим, бәлки, Аллаһ минем җитлегеп бетмәгән психикамны шулай сакларга тырышкандыр... Өйгә кешеләр җыелганны, ишек төбендә басып күзәткәнемне, аннары идәндә утырып торганымны беләм... Әтине өйгә кертеп, яткырып куйгач караганыбызны хәтерлим...

Әти мине аеруча якын күргән, диләр... Әнигә охшаган булгангадыр дип уйлыйм. Балачакта еш чирләгәнмен, төнлә саташа торган булганмын. Бәлки, шуңа кызгангандыр... Үзе белән дә күп йөртә иде ул мине, эшенә алып бара иде. «Нива» машинасында арткы утыргычка басып барганымны хәтерлим... Әти – рульдә... Тәрәзәдән кергән җил чәчләребезне тузгыта. Әнә шул кыска гына хатирәләр әтиле балачагымның матур мизгелләре булып исемдә калган...

Әни, абыйлар янда булгач, ничек яшәрбез дигән борчулы уйларга бирелгән булмады. Өстәл артында гел бергә утырып ашарга куша иде әни. Йоклаганда да абыйлар белән бишебез бер зур караватка ятып йоклыйбыз... Әни төпчек энебез Илназ белән аерым йоклый. Ә кайвакыт без – өч төпчек малай әни белән ятабыз. Әни кулын суза да, аның кулына без башларны тезеп йоклыйбыз. Әни янына ук туры килгәнебез – иң бәхетле кеше! Шуңа күрә гел алышынып, чиратлап ята идек ул «бәхетле урынга».

Әнинең иң көчле ягы – сабырлыгы. Кызып китсәк, сабыр гына аңлата белүе бик зур хикмәт. Безгә карата һәрвакыт таләпчән булды ул. Кич чыгарга кушмый иде. Җәй көне абыйлар белән гараж өстендә йоклыйбыз. Әни, чыгып китмәсеннәр дип, өстебездән ишекне бикли. Ә без алдан каргаборынын әзерләп куя идек. Арткы яктан кадакларны суырып алып, ачып чыгып китәбез. Кире кайткач, яңадан кадакны бөгеп куябыз. Әнә шулай кайвакыт качып чыксак та, начар юлда йөрмәдек. Әни өчен иң кыен бала – мин булганмындыр... Шуңа күрә дә әни янында калырга теләдем – энеләрем укырга китеп беткәч, әнигә авыр булмасын дип, төп йортка кайттым.

Илфак (бишенче улы):

– Абыйлардан яшь аермасы зуррак булгач, без Илназ энем белән күбрәк әни янында булдык. Төпчек – төпчек инде ул, аның эше юк (көлә). Йорт эшләре барысы да минем өстә – «мама Чоли» идем. Кышка салатлар да әзерлим, ипи дә басам, токмач та кисәм, пилмән дә бөгәм... Нияз абыйның хатыны Зөһрә апа – шәһәр кызы. Абыйга кияүгә чыккач, ипи салырга, тавык йолкырга аны да өйрәткәнемне хәтерлим. Бервакыт ерак туганнар кайтты. Әни мине мактый, бөтен эшне

эшли, ди. Бик оялдым. Юып куйган керләр бар иде, шуларны чайкап куярга кирәк – ваннага кереп киттем. Кер чайкап маташканда кунак апа килеп керде дә: «Керләр дә юасыңмыни әле син?!» – дип шаккатты...

Таләпчән иде безнең әни. Мине дәрес саен такта янына чыгара. Кайбер кичне, эшләп арыгач: «Иртәгә миннән сорама инде, әни», – дип үтенә идем. Барыбер сорый иде... Елаткан вакытлар да булды инде әнине. Сүзгә килеп, үзара нәрсәдер бүлешә алмавыбызны да авыр кичерде. Әнинең күз яшьләрен күрү бик кыен иде... Үзем өч бала әтисе булгач, әнинең безгә биргән тәрбиясенә сокланам. Аңа бер дә җиңел булмаганын хәзер генә аңлый башладым әле...

Җәй азагында маллар суеп сатабыз, әни отпускной акчаларын ала да, укырга барырга киемнәр алыр өчен Казанга китә: башта паром белән, аннары «попутка» машинасына утыра... Әллә ничә зур сумка асып кайта иде. Без әнине түземсезлек белән көтеп алабыз. Алып кайткан әйберләрен идән тутырып чәчеп сала, һәрберебезгә бүлеп бирә. Бар әйберне дә яратып киябез, таман гына була иде. «Ничек башларың җитте?» – дип, әби шакката... Хәзер уйласаң исең китәрлек. Кайдан көчләр алды икән?..

Илназ (төпчек улы):

– Әтине хәтерләмим... Кеше сөйләгәннән генә аның образы тугандыр...

Аш бүлмәсендәге яшел суыткыч ишегендә көн саен нәрәт әзер иде безнең. Әни шулай кичтән үк иртәгә кем нәрсә эшлисен язып куя иде. Шул эшләрне эшләп көн үтә. Хәзер кайтып уйлыйм: әни гел нәрсә белән булса да мавыктырган безне. Бер буш вакыт та калмаган. Авылда яшәп, унберенче сыйныфта гына йөзәргә өйрәндем мин. Урамга чыгып, бушка вакыт әрәм итеп йөрергә, футбол уйнарга вакыт юк. Иртән торгач бүген нишлим дигән сүз дә, нигә моны мин эшләргә тиеш дигән уй башка да килми. Тормышта да шулай без: максат куябыз да, шуңа таба барабыз. Алты бала, алтыбыз да югары белемле. Мин әле түләүледә укыдым. Хәзер үземнең гаиләм, ике балам бар. Кайвакыт утырам да, әнине уйлап шаккатам – ничекләр үстерде икән безне берүзе?!

Алтыбыз да таралашып беткәч, әни бер ел үзе генә яшәде. Бервакыт әнинең хәле авыраеп китте. Абыйлар белән җыелыштык та әни янына кем кайтасын уйлаштык. Илгиз абый: «Сез каршы булмасагыз, мин кайтам әни янына», – диде. Алдан ук килешеп куйдык: калырга хәл иткәнсең икән, артка юл юк, соңыннан кире уйлап йөри торган булмасын дип.

Төпчек малай булгач, мин гел әни янында идем инде... Бөтен әйберне күреп, сизеп үстем. Төрле чаклар булгандыр... Әни еласа, үзебезгә урын тапмый идек... Орышмады, сукмады. Куркытып үстермәде. Ләкин әнинең күз яшен күрү иң калын каештан, иң ачы сүзләрдән дә үтемлерәк тәэсир итте. Әле дә, көндез йокласам, куркып уяна торган гадәтем бар. Көндез йоклаганымны әни күрсә, ачулана дип, гаепле саныйм үземне...

Беркайчан да кешедән ким булмадык. Ничек җиткергәндер әни акчаны?.. Дилшат Әминәгә алтыннар калдырып киткән дигән сүзләр дә йөрде: әнинең бәрәкәтенә ышана алмаганнар, күрәсең... Күршеләр дә әҗәткә акча сорап керәләр иде әле... «Алты бала үстерүче ялгыз хатынга сорап кермәсәләр соң», – дип, әби ачулана иде. Бер елны дүрт туй үткәрде әни! Бер тапкыр да әҗәткә кермәде... Төшеп калган егетләр түгел без – әни шулай тәрбияләде. Теләсә кайсы эшкә тотынырга кушсыннар – югалып калмаячакбыз!

Әминә апага ире алтын калдырган дип сөйләүләре дөрес югыйсә... Үзеннән соң алты алтын бөртеге калдырган Дилшат абый. Әминә апа өчен көч чыганагы, җан азыгы, тормыш мәгънәсенә әйләнгән алты улы – кыйммәтле ташлардан да кадерлерәк, зиннәтлерәк байлык.



■ «Балалар дия-дия, гомер үтеп китте. Аллаһтан шуны гына сорыйм: улларым үзара гел йөрешсеннәр, аралашсыннар, бер-берсенең кадерен белеп торсыннар, дим». Сулдан-уңга: Рудаль абыйлары, Нияз, Ильяс, Иршат, Әминә апа, Илгиз, Илфак, Илназ.

Фотолар: гаилә архивыннан.

«42 ЯШЕМДӘ – ЯШЬ ӘНИ МИН...»

Люция НОТФУЛЛИНА

Киләсе елга фарфор туебыз! Гаилә корганга 20 ел була. Үзе бер гомер! Кызыбызны әле яңа гына беренче сыйныфка озаткан идек, инде мәктәпне тәмамлый. Бик иркә булып үсте ул безнең. Аңлашыла да, бердәнбер бит!
Һәр хыялын булдыра алганча үтәргә тырыштык. Өстәвенә, ике як дәү әни, дәү әтиләрнең чиксез мәхәббәте дә кушыла... Кыскасы, үпкәләрлеге юк. Һәрхәлдә, ирем белән шулай уйлый идек. Моннан өч ел элек «серле табылдык» безнең фикерне үзгәртте дә куйды. Бакчадагы өйне җыештырганда бер кочак иске газеталар, тотылган дәфтәрләр килеп чыкты. Шуларны караштырганда, таушалган куен дәфтәренә тап булдым. «Нәрсә икән бу?» – дип карасам, кызымның язулары икән. Әле, тырышып, һәрбер хәрефне сырлап, бизәкләп язган нәни чаклары. Башлангычта укыганда язгандыр, мөгаен. Беренче битендә, гадәттәгечә, исем-фамилия, мәктәбе, дусларының исемнәре. Соңыннан яраткан җырлары, язучылары һәм «Минем иң зур хыялым» дигән бүлек. Иң гаҗәпләндергән табыш әнә шунда иде. «Алла бабай»га ялварган ул. «Әти-әни мине тыңламый, күпме сорасам да, энекәш тә, сеңелкәш тә алып кайтмыйлар. Зинһар, ярдәм итче!» – дип язган. Укыдык та, барыбыз да көлештек. Менә бит нинди самими теләк, янәсе. Илсөя артык игътибарга алмады. «Хәзер инде миңа барыбер, ташлагыз ул дәфтәрне», – диде ул кырыс булырга тырышып. 16 яшьлек кызның хыяллары башка инде, сүз дә юк. Әмма күңел кыллары барыбер тибрәлеп куйды. Булмады бит инде, нишләтәсең... Әтисе дә сиздермәскә тырышып, ямансулап алды да, дәшми-тынмый бакча эшенә тотынды.

Илсөя туганда, яшь идек шул әле. Тизрәк итәктән төшерергә дә, эшкә чыгарга хыялландым. Балага 1 яшь тә 3 ай иде, аны әнигә калдырып, телевидение эшенә чумдым. Илсөянең үскәнен күрмәдем дә диярлек. Беренче әйткән сүзен дә хәтерләмим, яраткан уенчыгын да белмим. Барысын да әни сөйләвеннән генә чамалыйм. Кызым: «Мин сине кечкенә чагымда бөтенләй хәтерләмим», – ди үпкәләп. Ирем дә өйгә кайтып кермәде. Тормышны җайга салырга кирәк: фатир, машина, дача аласы бар. Бар нәрсә кешечә булырга тиеш. Кая анда тагын бер бәби алып кайту! Кызыбыз да үссен әле бераз, янәсе. Өстәвенә, елак та булды. Яшь әни роленнән ныклап ял итәсе килде. Кем уйлаган бу ял 16 елга сузылыр дип?!.

«Тукта әле, болай дөрес түгел. Илсөягә иптәш кирәк» дигән фикер моннан ун ел элек туды. Әмма фикер белән бергә бала тумый шул. Тормыш күпкә катлаулырак. Башта көттек. «Менә булыр, менә булыр», – дия-дия ике-өч ел узды. Аннары медицина үзәкләре, хастаханәләр юлында йөри башладык. Бала табуга комачаулардай нинди авыру таптылар – бөтенесен дәваладык. Кирәген дә, кирәкмәгәнен дә. Эчкән даруның исәбе-хисабы юк. Биш ел шулай интеккәннән соң, ниһаять, ЭКО процедурасы билгеләнде. Ул – табигый юл белән балага уза алмаучылар өчен соңгы өмет чаткысы. Аңа рухи яктан инде тулысынча әзер идек. Дистәләгән анализ, тикшеренүләр, ай дәвамында гормоннар белән стимуляция (зыянлы дисәләр дә, күз йомасың!)... Ниһаять, эмбрионны күчереп утырта торган дулкынландыргыч көн килеп җитте. Минем белән палатада тагын өч хатын-кыз. Башымда мең төрле уй, киләчәк язмышыбыз хәл ителә бит... Күршедә ятучы хатын халәтемне сизеп алды, күрәсең. «Тынычлан, мин инде алтынчы тапкыр киләм. Бер дә авыр түгел, сизми дә каласың», – дип әйтеп салмасынмы. «Ничек инде алтынчы тапкыр? Ул бер килүдә генә булмыймыни әле?!» – дип кычкырып ук җибәрдем. Ә ул Казаннан да түгел, Түбән Камадан ук килеп йөри икән. Икенче як күршем дә «тәҗрибәле хатын» булып чыкты. Квота буенча чираты килеп җиткәнен көтеп утырмаган. Кредитка акча алып, өченче тапкыр ЭКОга килгән. Нәтиҗәсе ничек булуына карамастан, ул бурычны түлисе дә бар бит әле. Шуларны уйлыйсың да, исең китә. Әни булыр өчен кемгәдер еллар дәвамында көн саен диярлек ике шәһәр арасында йөрергә, кемгәдер ашамый-эчми акча җыярга яки әҗәткә чумарга туры килә. Ә кемдер, очраклы рәвештә бәбигә узып, аннан ничек котылыйм икән дип баш вата. Язмышыңа ни язылган бит?!.

Безгә дә ЭКО сөенеч алып килмәде. Миңа күчереп утыртылган эмбрионны организм кабул итмәде. Калган икесенә криоконсервация ясалган иде, ләкин алары да ике атнадан яраксызга чыкты. Медицина үзәге хезмәткәре, шалтыратып, бу хәбәрне калай тавыш белән, берни булмагандай җиткерде. Һәм коры гына саубуллашып, трубкасын куйды. Минем телефон әле берничә минут өзелмичә, нидер өмет иткән кебек, тавыш биреп утырды. Бетте! Хыялларга әнә шулай мизгел эчендә нокта куелды...
Ул вакыттагы халәтне сүз белән аңлатуы кыен. Еллар буе чабып барган поезд кинәт туктап калган кебек. Чөнки алда тимер юл юк, аны сүтеп ташлаганнар. Кайда барырга, нәрсә эшләргә?! Ачык кырда басып торасың: кычкырсаң да, еласаң да ишетүче юк. Күңелдә бушлык. Үзеңдә көч

«Кырыкны узгач, нинди әни? Әби булыр вакыт җиткән инде!» – дияр кайберәүләр. Килешәм. Танышларым арасында бу яшьтә оныкүстерүчеләр аз түгел. Аларга хәтта кызыгам да! Ләкин тормыш гел без дигәнчә генә бармый. Минем дә, иллегә таба борылгач, бәби алып кайту ниятем юк иде. Бала турындагы татлы хыялдан баш тарткан идем инде. Әмма безне тагын да бәхетле итәр туасы җан булган», – ди «Татарстан–Яңа гасыр» телерадиокомпаниясенең тапшырулар алып баручысы, журналист Люция НОТФУЛЛИНА, үзенең кабат әни булу тарихын искә төшерә. Хатын-кыз тормышындагы иң бәхетле һәм иң кадерле мизгел турында үзе сөйләсен әле.





Ниһаять танышыр вакыт җитте! Мин оялдым, дулкынландым, ә ул бик тыныч иде.

табып, күпме гомернең бер файдасыз көрәштә узганын аңлап, элеккеге режимга әйләнеп кайтырга тиешсең...

Башка ЭКО дип йөрмәскә булдык. Балабыз бар, аны исән-сау үстерик, дидек. Бер генә сорау ачык калды. Бәбигә уза алмауның сәбәбе нәрсәдә? Аңа табиблар җавап бирә алмады...

Кечкенә бала сөяргә тилмереп йөргән ике җан – без бар мәхәббәтне бердәнбер кызыбызга бирдек. Берничә сабыйга җитәрлек ташып торган ярату хисеннән Илсөя тулысынча «файдаланды». Ул гына да түгел, туганнарның бала-чагасы да. Ирем алар белән күрешкән саен сәгатьләр буе мәш килеп уйнарга әзер иде. Шундый минутларда: «Эх, үзенеке булса, кочагыннан да чыгармас иде дә бит», – дип уйлый идем.

Сәламәтлек буенча чираттагы планлы операция вакыты килеп җитте. Шәһәр хастаханәсенең гинекология бүлегенә яттым. Операция уңышлы узды, Аллага шөкер. Өйгә чыгасы көнне шикләнеп кенә табибка сорау бирәм. «Тагын бер бала алып кайтырга теләсәк, өмет бар микән?» Җавап кыска һәм төгәл булды: «Табигый юл белән өмет юк. Аналык торбаларының берсе бөтенләй йомык, икенчесе дә ябылып беткән диярлек. Нәтиҗәсен үзегез беләсез», – диделәр. Белмичә соң! Бу темага диссертация яза алам кебек инде. Мин башка җавап көтмәгән дә идем. Гинеколог Диләрә Латыйпова тынычландырып кайтарып җибәрде. «Оныт, уйлама башка бу турыда. Тормышның ямьле якларын күрергә тырыш! Гаиләң бар, әти-әниең исән-сау, ни кирәк сиңа тагын?!» – дип, хәтта ачуланып та алды. Киемнәремне җыеп, иелгән башымны күтәрергә тырышып, хастаханәдән ашыга-ашыга чыгып киттем.

Мин иҗат кешесе булсам да, хыялый түгел. Төгәллек яратам, бар нәрсәне планлаштырып эшләү яклымын. Һәрнәрсәдә дәлил эзлим. Ә менә күргән төш чынга аша икән – аптырашта калам. Ни бу? Аңлата алмыйм. Беренчедән, җай чыккан саен әни кабатлап торды. Аның тагын бер бала алып кайтасыма иманы камил иде. Икенчедән, Илсөя күргән төшен сөйләп телсез калдырды. Йоклаган җиреннән кинәт торып утырды да: «Минем энекәш туачак, аңа хәтта исем дә бар», – диде ул. Саташудыр бу, дип, хәерлегә юрадык. Кызымның ике ел элек күргән бу төше шулай онытылган да булыр иде, ә башкача язган. Алар, чынга ашып, хәзер гомерлеккә истә калды.

2019 елның җәй ахыры иде ул. Яралар төзәлеп, инде оныклар сөяргә хыялланып йөри торган чорыбызга кереп барабыз. Илсөя чыгарылыш сыйныфына аяк баса, мәктәпне тәмамларга вакыт күп калмады. Еллар чаба, без картаябыз... Күңел генә никтер борешми... Августның соңгы атнасында, нәрсәдер сизгәндәй, ул бер сорауга тилмереп җавап эзли. Бер көнне барган җирдән иремә машинаны туктатырга кушып, юлда очраган кечкенә генә даруханәгә чаптым. Балага узганмы-юкмы – шуңа ачыклык кертә торган «серле тасмалар» кирәк иде. Тиз кирәк иде! Менә шушы минутта! Әйтерсең аларда могҗиза яшеренгән. Ниһаять, тартма кесәдә! Өстемнән тау төшкәндәй, җиңел сулап куйдым. Берни аңламаган ирем, «юләрләнә, ахрысы», дип уйлап, юлын дәвам итте. Ул көнне өйгә кайту вакытын секундлап көттем. Беренче тапкыр тикшереп каравым түгел, әлбәттә. Ләкин йөрәк алдый алмый, дөп-дөп тибеп, үзенекен сиздерә. Нәтиҗә уңай булачагын чамаладым. Ирем кулын гына селтәде. «Ышанмыйм, брак тасма бу», – диде. Икенче көнгә тагын берне сатып алырга туры килде. Монысында инде шик-шөбһәгә урын калмаган иде. Ул тасмаларны калтыраган бармакларым белән башта озак кына сыйпап утырдым, аны күз яшьләремә чылатып бетердем. Аннары бик кадерле әйбер урынына, ныклап төреп, яшереп куйдым.

Илсөягә берникадәр вакыт әйтмичә йөрдек. Дөресрәге, ничек әйтергә белмәдек. Мин командировкада чакта әтисе җайлап кына хәбәр иткән. Югыйсә икебез кычкырып елаган булыр идек. «Мин бит әйттем сезгә!» – дип, сикерә-сикерә сөенгән апа булачак кызыбыз. Исемнәр әзер иде инде. Кыз туса – Зөләйха, малай булса – Йосыф.

«Яшегез бар, үзегезгә игътибарлы булыгыз, андыймондый шикле хәл сизелсә, шундук килә күрегез», – дип, табиблар тугыз ай буе искәртә килде. Ә мин кош сыман очып йөрдем. Токсикоз, кан басымы күтәрелү, аяклар шешенү – боларның барлыгын да белмәдем. Әйтерсең мин кабат унсигездә! Йөклелекне җиңел кичердем. Балага узганны әйткәч, таныш табиблар, гомумән, гаҗәпкә калды. Ышанырлык түгел, диделәр. Могҗиза булмыйча, ни булсын?!

Кырыктан соң бәби көтүнең үз сихрилеге бар. Мин тугыз ай кайчан үтәр икән дип түгел, ә туган һәр көнгә рәхмәт әйтеп, аннан тәм табып яшәдем. Әниләрнең бар белгәне: «Авыр күтәрмә, иелмә-бөгелмә» булды. Бу юлы мин инде файдалы киңәшләрнең киресен үтәдем. Рәхәтләнеп тезләнеп идән юдым! Гер күтәреп, тупка атланып физик күнегүләр ясадым! Нәрсә телим, шуны ашадым! (Элеккеге гадәт буенча ике түгел, ә бер кешелек норма гына!) Шулай яраганын моңарчы ник белмәдем икән соң дип шаккаттым.

Йосыф 2020 елның 23 маенда, Гарәфә кичендә дөньяга аваз салды. 12 сәгать тулгактан соң телемне әйләндерерлек тә хәл калмаган иде, әмма җиңдем. Бу минем тормышта икенче тапкыр «Олимпиада медале» алуым булды. Һичшиксез, чиста алтыннан коелган! Табарга ике-өч ай калганда, баланы ярып алу турында уйлана башлаган идем. Көчем җитмәс, сабыйга зыян килер дип курыктым. 41 яшь бит! Бу хакта таныш табибка әйткән идем, кычкырып көлде. «Фантазияләреңне оныт, рухи яктан үзеңне табигый юл белән табарга әзерлә. 20 минутлык операциядән соң айлар буе тернәкләнәләр. Ә син икенче көнгә йөгереп йөриячәксең», – диде ул. Аның сүзе хак булып чыкты. Яшь-яшь кызлар операциядән соң ыңгырашып ятканда, мин инде йөгереп йөрдем. Шуны аңладым: әгәр сәламәтлек ягыннан чикләүләр булмаса, үзең табудан да яхшырагы юк икән.

3 кг 300 граммга сыеп беткән бәхет төргәген бер тәүлектән соң гына керттеләр (ковид шартлары иде). Тапканнан соң елаганын гына ишетеп калган идем. Күрсәттеләр дә, алып та киттеләр. Ниһаять танышыр вакыт җитте! Мин оялдым, дулкынландым, ә ул бик тыныч иде. Кагылырга куркып, аның йөз чалымнарын хәйран гына өйрәнеп утырдым. Кемгә охшаган икән соң бу кап-кара чәчле, зәңгәр күзле малай? Ул минем сулышны сизгән булса кирәк, нәни авызын кыймылдатып, нәзек кенә тавыш чыгара башлады. «Сәлам, дустым! Ни хәлең бар? Без сине шундый озак көттек. Әйдә, бераз сөйләшик», – дигән идем, миңа таба башын борды. Караш бик җитди һәм усал иде. Ныгытып кысып төрелгән биләвендә тыпырчына башлады. Җылы йомшак төргәгемне тизрәк куеныма алдым.

Яңа гаилә әгъзасы безнең инде тәмам көйләнгән тормышның астын өскә китерде. Һәркем, үзенең көндәлек мәшәкатен онытып, аның кубызына бии башлады. Беренче айдан ук «тәрбия эше» Илсөягә йөкләнде. Уйнату, массаж ясау, иртәнге һава ванналары – бу эшне ул тулысынча үз өстенә алды. Төнге смена – минеке. Декрет ялына озаткан чакта бер танылган ханым «мыек астыннан гына» хәйләкәр елмаеп кисәткән иде: «40 яшькә җиткәч, төнлә торулар 25 тәге кебек җиңел бирелми... Белеп тор!» Ә мин уяу. Улым елый башлап, мине кайчан дөм караңгыда торгызыр икән дип көтеп ятам. Әле бер тапкыр да төнге сменаны аягүрә үткәргәнебез булмады, Аллага шөкер. Эч авырта дип тә, теш чыга дип тә борчылмадык. Илсөя исә бик елак иде. Үземдә дә булгандыр гаеп. Юк-барга хафаланып, эчем пошып, баланың һәр көйсезләнүенә ярсып йөрү аңа тәэсир итми калмагандыр. Малай белән диңгез тубыктан дисәм, ялган булмас. Өйдәге эш качмас дип, көннәр буе кочагымнан чыгармыйча, сыйпап утыра идем. Аның нәни башын иснәп, сулышын тоеп, борынын үбеп, кечкенә бармакларын санап, сәгатьләр узып киткәнен сизми дә идем.

Йосыфка инде яшь ярым. Йөрибез, беренче сүзләрне әйтергә тырышып карыйбыз, кашык тотып борын белән колакларга ботка «ашатабыз» – авызга гына эләкми... Әле бүген дә улымның барлыгына ышанып бетеп булмый. Көн саен уянып китәм дә, өнме соң бу дип, башта үз-үземә сорау бирәм. Әгәр төш икән, мин кабаланып эшкә чыгып чабарга тиеш бит хәзер. Ә анда тема билгеләү, аны төшерү, сюжет язу, монтажлау, эфирга чыгу яки тапшыруны редактор буларак җыю. Шул арада меңләгән шалтырату, йөзләгән кеше белән аралашу, икенче көнгә план кору... Телевидениедә режим юк: кайчан әйләнеп кайтасың билгесез. Командировка булса, төнге сәгать унике дә булырга мөмкин. 20 елдан артык шулай чабылган бит, каядыр ашыгылган, күпме сулар аккан... Тукта, чү, берәү уянып килә. Башын күтәреп, миңа әле ачылып бетмәгән күзләре белән карый: «Бу – мин, Йосыф. Хәерле иртә, әни», – дип эндәшә кебек. Кочагыма алып: «Юк, улым, эшкә бармыйбыз. Ашыйбыз-эчәбез дә, урамга уйнарга чыгабыз», – дип, көлә-көлә үземә үзем җавап кайтарам. 42 яшемә җитеп, әле кайчан самокат, велосипед күтәреп йөргән булыр идем?! Минем тормыш сюжеты хәзер шушы нәни малай тирәсендә корылган, ә ул – аның төп герое. Чын бәхет шушыдыр ул!



Фото: Алинә Хәкимова

«АНЫҢ ЫШАНЫЧЫ МИҢА КӨЧ БИРДЕ»



Ләбиб ЛЕРОН, язучы, «Безнең мирас» журналының баш мөхәррире; гаилә стажы – 40 ел; өч бала әтисе.

Ир-ат һәм хатын-кыз. Бер үк Галәмгә без бит очраклы гына эләкмәгән... Шулай булгач, нигә соң бер-беребезне күп вакыт аңламыйбыз? Гамәлләребезне, теге яки бу адымыбызны, әйткән сүзләребезне... Үзара тартылуны «җиңеп», арага каршылыклар керә дә куя...
Ә ир-атлар үзләре бу хакта ни уйлый икән? Сүзне аларга бирик әле.

1 Иң элек хатын-кызның нәрсәсенә игътибар итәсез: киеменә, буй-сынына, күзләренә, чәченә...

– Беренче чиратта буй-сынына, гәүдәсенәдер дип уйлыйм. Аннары йөзенә игътибар ителә. Чәч тә зур роль уйный. Озынмы, калынмы... Әниләрнең, әбиләрнең, җиңгиләрнең чәчләре озын булганга да без аңа мөкиббәндер инде. Фидания белән танышканда аның да чәче озын иде. Озын чәч белән төшкән фотосурәтен Павлюхин урамындагы фотоательенең витринасына да зурайтып куйганнар. Бик нык тәэсир иткән иде ул фото миңа.

2 Хатын-кызның кайсы сыйфатларын гафу итәргә була?

– Күп сөйләшкәнен инде, әлбәттә. Башласалар, туктый алмыйлар шул... Яраткан кешеңнең гел өйрәтергә генә торуын да кичереп була дип саныйм. Әмма өйрәтү ир-атның горурлыгына бик тия. Өйрәтмичә, читләтеп кенә берәр ничек әйтеп булмыймы икән аны?

3 Ә нәрсә өчен бик якын хатын-кызны да гафу итмәс идегез?

– Хыянәт... Миңа калса, ир-атларның барысы да шулай җавап бирәдер. Нигә ир-ат хыянәтне кичерә алмыймы? «Ирләр – калдыра, хатын-кыз алып кайта» дип әйтү бар. Ир-ат бу адымга бер минутлык гыйшкы аркасында бара һәм шунда ук оныта, ә хатын-кыз башка... Чын-чынлап гашыйк булмаса – ир-ат аның күңеленә кермәсә, бу адымны ясамый. Менә шуңа ул аны йөрәгенә салып та алып кайта.

4 Хатын-кызлар икегә бүленә: ир-атны илһамландыручы алиһәләр һәм өйдә аның өчен комфорт тудыручы хуҗабикәләр.

– Мин гашыйк булганда Фидания, әлбәттә, алиһә ролендә иде, хәзер исә ул күбрәк без тергезгән учакны саклаучы. Кайчак шалтыратам да: «Син кайда әле?» – дим. «Мәңгелек ут янында», – ди ул. Димәк, газ плитәсе янында нидер пешергән чагы... Ир-ат өчен комфорт – тәмле аш-су исе килеп торган өй бит ул. Кайчак урамнан керүгә подъездда ук тәмле камыр исе каршы ала. «Бездә!» – дип уйлыйм. Марсель Ғалиев андый чакта: «Бу искә урамда этләр абынып егыла башлый», – ди...

5 Ир кеше өчен аның хатыны дус та була аламы?

– Әхәт Гаффар китапларында хатыны турында «тормыш иптәшем һәм дустым» дип яза иде. Рабит Батулла исә: «Хатын-кыз иптәш була алмый, хатын – хатын булырга тиеш. Ә иптәш ул чит-ят кеше», – ди. Ләкин хатыныңны да дус дип санамасаң, тагын кемне санарга соң?! Бу тормышта таянырлык дуслар болай да бик аз хәзер. Шуңа күрә дуслар рәтенә ул һичшиксез керә торгандыр. Ә ике арадагы мәхәббәтнең гомерен мин кискенрәк итеп: «Ул – беренче зөфаф киченә кадәр генә», – дим. Туфан абый да шулай дия иде.

6 Хатыныгызга ничек тәкъдим ясаганыгызны хәтерлисезме әле?

– Университетка укырга керүгә безгә: «БКДга йөрсәгез, стипендия түләнәчәк», – диделәр. БКДга, ягъни «боевая комсомольская дружина»га. Дөнья хәлен белеп булмас, имтиханнарны бирә аламмы-юкмы, дип язылып куйдым. Штаб 3 нче икмәк заводы тирәсендә иде. Командирыбыз – Равил Әхмәтшин. Татарстан Республикасы Премьер-министры урынбасары – Татарстанның Россия Федерациясендәге тулы вәкаләтле вәкиле ул бүген. Берсендә штабка килеп керсәм, бер кыз нидер язып утыра. Шундый матур, сөйкемле! Сөйләшеп киттек. Фидания булып чыкты ул. Равилнең группадашы икән, ике курска алда укый. Без очраша башладык... Минем шактый җилбәзәк чак әле: чәчләр озын, чалбарның балагы 32 сантиметр, күлмәк якалары өскә чыгарылган. Шулай да сынагандыр инде ул мине. III курста укыганда: «Әйдә, языйлашабыз!» – дигәч, ризалашты. Булачак әби-бабайга: «Кызыгызны сорарга кайтам», – дип хат язып салдым. Ул вакытта шулай иде бит әле. 1981 елның 29 декабрендә кайттык без аларга. Кукмарадан Нырты ягына таба, аннан автобустан соң дүрт чакрым җәяү... Чәйләр эчкәч, әтисе белән ишегалдына чыктык. Мунча идәне алыштырган икән. Бер тактасы гына калган. «Әйдә, моны ышкылап бетерик әле», – ди. Бабайның мине үзенчә сынавы булган инде. Ә мин инде өй са-

лышкан кеше – балта эшләрен чамалыйм. Кире өйгә кергәч, ул әбигә: «Кияү үзебезнеке!» – диде... Казанга әйләнеп кайткач кына: «Өйләндем», – дип телефоннан әнигә хәбәр иттем. 22 гыйнвар көнне язылыштык. Шул көнне «Феникс» кафесында туй үткәрдек. Ике группа студент! Газинур Морат, Ркаил Зәйдулла, Гөлзадә Бәйрәмова, Ләис Зөлкарнәйләр... Әниләр, туганнар да килде. Туйдан кергән акча бурычны түләргә җитте дә, бетте дә.

7 Ир кеше хатын итеп әнисенә охшаган кызны сайлый диләр, шулаймы?

– Нәкъ шулай! «Бу егет юлдан язып бетмәсен өчен аңа үз әнисе шикеллерәк хатын бирим әле», – дигәндер Аллаһы Тәгалә. Юк, әбисе кебекне! Әни гел эштә булды, мин бит әби белән үстем... Аннан: «Бу артык шәләйвәләй йөрмәсен әле», – дип, ул безгә авыру бала бирде. Бәхтиярне... Тормышта күп нәрсә кабатлана, диләр: әтисе аерылса, улы да аерыла. Миңа мондый сынау биргәндә, Аллаһы Тәгалә анысын да күз алдында тоткандыр, күңеле нечкә, авыру баланы калдыра алмас, гаиләдән китмәс дигәндер.

8 Хатыннары ирләреннән күбрәк мал тапкан гаиләләр бар. Ир бу очракта үзен ничек тотарга тиеш?

– Бик авыр хәл ул. Бездә дә булып алды. Дөрес, ярты ел гына. Хатын сиздерерме икән берәр нәрсә, дигән идем, юк, сиздермәде. Озаккарак сузылса, үпкәләүләр, бәлки, булган да булыр иде. «Казан утлары»ннан эштән киттем ул чакта. Гомумән, язу-сызу эшеннән дә китәрменме әллә дип уйлаган идем. Язмыш бугай – кире кайттым менә.

9 Гашыйк булуын хатын-кыз башлап үзе белдерүгә ничек карыйсыз?

– Бу ир-атны сискәндерергә тиеш дип уйлыйм. Бигрәк тә аның белән гаилә корырга уйласа. Чөнки мондый хатын-кыз тиз гашыйк булучан булырга мөмкин. Ир-атларга гына килешә ул адым саен гашыйк булу. Бигрәк тә безгә – каләм ияләренә хас ул. Кино карасак та гашыйк булабыз бит. Мин, мәсәлән, гомер буе София Ротаруга гашыйк. Аны яшермәдем дә. Хәтта хатынымны да бераз аңа охшатам. Дөрес, хәзер Ротару әбигә әйләнде инде, мин дә бабай. Хыялланып утырсаң гына. Менә хәзер кемдер сиңа гашыйк булуын белдерсен иде ул... Юк шул, узды...

10 Хатын-кызларның үзегезнең кайсы якларыгызга игътибар итүне көтәсез?

– Фидания мине сайлаганда тормыш тәҗрибәм дә аз иде әле, акылым, зирәклегем дә. Әмма аңарда миңа карата, минем киләчәгемә карата ниндидер ышаныч бар иде. Безнең белән дә бик күп вакыйгалар булды, төрле ситуацияләр. Читтән «ярдәм итәргә» теләүчеләр, аның ахирәтләре арасында да «матур» киңәш бирүчеләр табылды. Ләкин ул аларның берсен дә тыңламады. Дөрес, ташлап киткән булса да, югалыр идем дип әйтә алмыйм. Чаян йолдызлыгы астында туучылар әкияттәрдәге феникс кошы кебек яңадан терелә, диләр. Әти дә әнә ялгыз калса да, һаман да яшәп ята бит, Аллага шөкер. Әмма Фиданиянең ышануы миңа көч бирде. Аннары Бәхтияр дә безне күп нәрсәләрдән саклап торды. Әгәр ул бәхет иясеннән икебезнең беребез читләшсә, тормышның бер ягы гел китек булыр иде.

11 Ир-ат белән хатын-кыз икесе ике Галәмнән икәне билгеле инде. Кайчакларда аларның бер-берсен аңламаулары шуннан килеп чыга да. Хатын-кызның нигә нәкъ менә шулай эшләгәнен үзегез аңламаган берәр очракны искә төшерегез әле.

– Бар андый мисал миндә. Фидания, гадәттә, кәстрүл капкачын читкә алып куя да, бөтенебезгә аш бүлә. Аннан үзе өстәл янына килеп утыра. Мин карап торам – капкач тагын читтә ятып кала. Гел оныта! «Нигә капкачны япмадың инде?» – дим. «Хатын-кызның бер кимчелеге булырга тиеш бит инде», – ди ул. Хәзер күп вакыт үзем барып ябып куям.

12 Хаклы икәнегезне яхшы беләсез, әмма хатыныгызның үз туксаны – туксан, хаклык аның ягында дип саный. Мондый очракта нишлисез?

– Авыр проблема бу. Бездә бик еш була... Өйрәтәсе килү бөтен хатын-кызга хас сыйфат инде. Андый чакта юл минем тарафтан авырлык белән генә бирелә. Чөнки минем дә бирешәсем килми! Өстәвенә, мин үпкәчел дә. «Үпкәләгән кешенең үпкә чире булырга мөмкин» дигән нәрсә генә туктата. Алай да берәр сәгатькә бара инде ул безнең. «Хаклы булсам да, бирешергә кирәк» дип уйлыйм кайчак. Ә ул үз сүзен бирми... Ләкин яшибез бит әле!

13 Шундый очракны күзаллыйк әле: сез, ачыгып, арып-талып эштән кайтып керәсез, ә өйдә ашарга пешмәгән.

– Кызу канлы буларак, дулаштырып алырмын инде башта. Безнең якта сукрана димиләр, «мыжыкланырга ярата», диләр. Язучыларга бу бигрәк тә хас. Татар ир-атына хас!.. Ашау мәсьәләсе, гомумән, ир-атның авырткан җире инде ул. Андый чакта ике бәрәңге коткара. Токмачлап турыйсың да, суган, кишер белән табада кыздырасың. Тәмлелеге!.. Мин үзем дә пешерергә яратам. Әмма нигәдер камыр гына авыррак бирелә. Токмач җәйгәнем дә, кискәнем дә бар анысы, ләкин җаемнең читләре бөтерелеп килеп җанымны ала. Нәрсәсендер дөрес эшләмим... Хатын авылдан килгән җиргә өчпочмак та пешереп куйганым бар. Әйбәт чыккандыр, «Моны кем пешерде?» – дип шикләнгән иде хәтта.

14 Хатын-кызлар еш кына... бүләк сайлауда ялгыша: ир-атка ошамастай бүләк бирә.

– Ир-атларга, гадәттә, нәрсә бүләк итәләр инде? Оекбаш, хушбуй... Миңа да шулай. Хушбуйларны күп кулланмыйм – озакка җитә, шуңа күрә, миңа дип алганнары күбәеп китсә, кемгәдер бүләккә дә ярап куя. Соңгы вакыт хатын да, кызлар да гел күлмәк һәм галстук бүләк итәләр. Социаль челтәрләргә көн саен диярлек фотолар куеп торабыз бит хәзер. «Минем бу күлмәктән халык туйды инде», – дим өйдәгеләргә. Шуннан үзләре аңлыйлар...

Ә үзем... Бөтен нәрсәгә кулым ятса да, бүләк сайлый белмим. Элегрәк Фиданиягә гел халат ала идем. Халатлары җитәрлек инде хәзер... Нәрсә генә сайласам да, размеры белән проблема килеп чыга... Әле Кырымнан жилет алып кайттым менә. Нишләтәсең, ике үлчәмгә кечерәк... «Әнинең юбилеена нәрсә бүләк итәрбез дигән идем, әйбәт булды!» – дип сөенде үзе... Бер җайлы юл таптым әле, кибеткә керәм дә, кызларга шалтыратам: «Әниегезгә бу «Шанель»нең, бу кремнарның кайсын алыйм?» – дим. Минем үземә аңлатып та тормыйлар, «Телефонны консультант кызларга бир», – диләр.

Тулысынча укыгыз »





Тезелеп киткән тигез тешләр иясенә һәрвакыт соклanганнар. Өске теш казнасы белән аскы теш казнасының бер-берсенә тиеп торуы эстетик яктан матур гына түгел, сәламәтлек өчен дә мөһим. Югыйсә теш белән умыртка баганасының бәйләнеше юк та кебек. Әмма дөрес булмаган тешләмнең (прикус) бөтен организмга тәэсир итүе инде күптәннән билгеле. Ә тешләрне сөт тешләре чыга башлауга ук кайгыртырга кирәк. Киләчәктә авыз куышлыгындагы тәртип өчен алар да җаваплы. Тешләм дөрес булмаса, тешләр бик тиз туза, какшый башлый. Профилактика турында Республика стоматология поликлиникасының табиб-стоматологы, ортодонт Эльвира ХӘЙРУЛЛИНА белән сөйләшәбез.

БАЛА ТЕШЛӘМЕ ДӨРЕСМЕ?

Дөрес тешләм матур елмаю гына түгел, ә теш-казналыкның тулы куәтенә эшләү чыганагы да. Әгәр аны дөресләмәсәң, баланың сөйләме бозылырга, авыз дөрес ачылмаска-ябылмаска мөмкин. Үсә-үсә башның скелет формасы үзгәрүгә дә сәбәпче була ала. Өлкәнәйгәч мондый казналарга протез, имплантлар кую мөмкин булмый. Ә кешенең үз тешләре бер-берсенә тиеп тормаганга күрә тиз коелып бетәргә мөмкин.

Шуңа күрә дә бала кечкенә чакта ук аның тешләренә игътибарлы булырга кирәк. Сөт төшләре барыбер төшә дип, аларны дәваламый йөрү – зур хата. Алар чыга башлауга, баланы имезлек, бармак суыру ише гадәтләреннән аеру мөһим, чөнки ул тешләрнең ничек урнашуына тәэсир итә. Балага 2 яшь тулгач, тешләрне чистарта башлыйбыз, 3 яшьтән башлап, ярты ел саен теш табибына күрсәтеп торабыз. Бу бик мөһим! Һәр тешнең чыгу һәм төшү вакыты бар. Сөт теше вакытыннан алда төшүгә, даими тешләр үсә башлый, ә бу вакытта әле казналык әзер булмый. Сөт тешләрен вакытында дәваламасагыз, бала каты ризыкларны чәйни алмаячак. Ә каты ризыкларны чәйнәү, ягъни казналыкның эшләве – теш өчен фитнес ул. Алма, кишер, калҗалы итише ризыкларны бала дөрес итеп чәйнәп ашарга тиеш. Ул казналыкны ныгыта. Тиешенчә үскән казналыкта тешләр дә тигез булып тезелеп чыга. Лор проблемалар булу да тешләмгә тәэсир ясарга мөмкин.

5,5–6 яшьләрдә баланы ортодонтка алып барыгыз. Авыз куышлыгын карап, белгеч тешләрнең дөрес урнашу-урнашмавын билгеләр. Тешләмдә патология күзәтелсә, дәвалый башлар. Иң элек баланы психологик яктан әзерләргә кирәк. Табиб, бәлки, махсус гимнастика гына ясарга кушар. Патология зур булган очракта ортодонт аппарат кияргә тәкъдим итәр.





Дөрес булмаган тешләм сәбәпләре:

- начар гадәтләр – имезлек, бармак суыру;
- каты ризык чәйнәмәү;
- туганда алган травмалар;
- бала белән авырлы вакытта кальций җитмәү;
- сулыш алу органнарындагы тайпылышлар;
- респиратор авырулар;
- матдәләр алмашы бозылу;
- тешне шыгырдату;
- телнең дөрес урнашмавы.

Фото: www.pexels.com



Файдалы мәгълүмат

Ортодонт аппаратлар күптөрле. Пластинка, Френкель аппараты, каплар яки элайнерлар, трейнерлар кебек салынмалы җайланмаларны 12 яшькә кадәрге балаларга билгелиләр. Алардан куркырга кирәкми. Гадәттә аппаратны көндез киеп йөриләр, йоклаганда салалар. Төнлә көн буе авыз куышлыгында барган үзгәрешләр ныгый. Әмма бу аппаратларны даими һәм дөрес итеп киеп йөргәндә генә нәтиҗәсе булыр. Шуңа күрә ата-анадан аеруча игътибар сорала, чөнки кечкенә балалар барысын да аңлап бетермәскә, уенга алырга мөмкин. Кечкенәдән ортодонт аппаратларны дөрес итеп киеп йөргән, вакытында тешен дәвалаган баланың тешләме тиз төзәлер, 13 яшьтән соң брекетлар кию кирәкмәс, тешнең эмале дә нык булыр. Әгәр тешләмне дөресләргә соңга калынып, йөз скелетында үзгәрешләр сизелсә, аны бары тик хирургия юлы белән генә дөресләргә мөмкин.





Һәр авырудан соң сәламәтлекне ныгытырга кирәк. Моны барыбыз да беләбез, әмма бу хакта истән чыгарабыз. Авыру билгеләре бетүгә, элекке тормышка кайтып, кабат җиң сызганып тормыш куарга керешәбез. Ә терелү бер мизгелдә генә булмый. Эшчәнлеген вирус какшаткан орган һәм системаларны тәртипкә китереп бетерү өчен организмга вакыт таләп ителә. Гади грипптан соң да йөрәк өянәге, үпкә ялкынсынуы һәм башка инфекцияле авырулар килеп чыгу очраклары берничә атна югары булып кала. Ныклап өйрәнелеп бетмәгән коронавирус инфекциясен үткәргәннән соң, организмга аеруча ял кирәк. Үзеңне сакламау үтә куркыныч булырга мөмкин. Врач-терапевт, диетолог, нутрициолог Элина БОРҺАНОВА тернәкләнү буенча киңәшләрен бирә.

КОРОНАВИРУСТАН СОҢ...

Коронавирус инфекциясе белән авырган кешеләр арасында диспансеризация үткәрелгән. Тикшеренүләрдән күренгәнчә, пациентларның яртысы авырудан соң тиз хәлсезләнүдән, 15,3 проценты буыннар авыртудан зарланган, 31,7 процентында тын кысылу, 13,5 процентында йөткерү, 12,7 процентында йөрәкнең еш тибүе күзәтелгән, 23 проценты депрессиягә бирелгән. Күрәсез, авыру эзсез генә узмый икән. Шуңа күрә дә тернәкләнү периоды үтә мөһим. Авырып терелгәннән соң ашау, йокы режимына, физик активлыкка аеруча игътибарлы булу кирәк. Бөерләр белән проблема юк икән, аксымга бай продуктларны җитәрлек күләмдә ашагыз. Чөнки организмда саклаучы антитәнчекләр нәкъ менә аксымнан ясала. Ул йомыркада, балыкта, диңгез, сөт продуктларында, кузаклыларда бар. Мәсәлән, көнгә өч порция аксым: иртәнге ашка – йомырка, әбәттә – ит, балык, ә кичке ашка ясмык ашы әзерләргә була.

Саф һавада йөрү дә организмны савыктыра. Моны гадәткә кертегез. Физик күнегүләр дә COVID-19 белән авырганнан соң тернәкләнүдә мөһим өлеш булып тора. Дөрес итеп сулыш алырга өйрәнегез. Әгәр дә күңел болгану, баш әйләнү, тын кысылу, күкрәк туры авырту күзәтелсә, тирләсәгез, күнегүләрне кичектереп торыгыз. Димәк, организм әле әзер түгел. «Йокы чирне җиңә» дигән әйтем бар. Йокы, бигрәк тә төнге йокы организмга зур ярдәмче, шуның өчен йокы режимын саклагыз.

Сулыш техникасы

■ Терәлеп, җайлап утырыгыз. Бер кулыгызны күкрәгегезгә, икенчесен эчегезгә куегыз. Күзләрегезне йомыгыз. Бөтен игътибарыгызны сулыш алуга юнәлтегез.
■ Борын белән әкрен генә сулыш алып, аннан аны авыздан чыгарыгыз;
■ Сулыш алганда эчкә куелган кулның күкрәккә куелган кулыгызга караганда ныграк күтәрелгәнен сизәрсез;
■ Әкрен генә, тыныч кына – артык көч куймыйча суларга өйрәнегез.

Хәтерне яхшырту

■ Авырту авыр узган очракларда, бигрәк тә ясалма сулыш алдыру аппаратыннан соң, игътибар кимү, хәтер начарлану күзәтелә. Әлеге проблема берничә атнадан йә берничә айдан бетә. Әмма кайберәүләрнеке озаккарак та сузыла. Түбәндәге киңәшләр әлеге проблеманы җиңәргә ярдәм итәр:
■ баш мие функциясен тернәкләндерүдә физик күнегүләр ярдәм итә;
■ шулай ук яңа хобби, башваткычлар, сүзләр йә саннар белән бәйле уеннар, хәтерне үстерү өчен күнегүләр, уку ярдәм итә;
■ исегезгә төшерә торган алымнар кулланыгыз. Башкарасы эшләрегездән исемлек төзегез, телефонга махсус сигнал куегыз. Аларны берничә гамәлгә бүлегез. Ул чакта алар авыр кебек тоелмас.



Моны белү мөһим

- Иммунитет өчен мөһим витаминнар – Д, А, С витаминнары, фолий кислотасы.
- А витамины – кызыл-сары яшелчәләрдә, тәрәч (треска балыгы) бавырында.
- С витамины – цитрусларда, җимешләрдә, татлы борычта, гөлҗимеш суында.
- Фолий кислотасы – яшел үләннәрдә, яшел төстәге яшелчәләрдә.
- Д витаминын азыктан алу авыр. Хәзер кышка кергәндә кояш та кирәгенчә яктыртмый. Шуңа күрә безнең якларда яшәүчеләргә һәр көнне профилактика дозасында 800–1000 ед. Д витамины кабул итәргә киңәш ителә. Әлеге витаминның сезгә профилактик дозадамы, әллә дәвалау дозасында кирәкме икәнлеген белү өчен, кан анализын тикшертсәгез яхшы.
- Шулай ук иммунитет системасы өчен цинк (1 аш кашыгы кабак төшендә бер тәүлеккә җитәрлек цинк нормасы бар), селен (ике-өч бразилия чикләвегендәге селен тәүлек буена җитә), бакыр (диңгез продуктларында, бавыр) да кирәк.



Барлык рекомендацияләрне дәвалаучы табиб белән киңәшләшеп үтәгез.

КАР ТӨШКӘНЧЕ...

Бакча агачларын кайгыртыгыз, дип кисәтергә уйладык сезне. Бу эшләрне ноябрьдә башкару – бакчагыздагы җиләк-җимеш агачларын кышка әзерләргә, яңа сезонда уңышны мулдан алырга ярдәм итәр.

Чистартабыз

Көз көне агачларны никадәр яхшылап тәрбияләсәгез, алдагы елда уңыш та мулрак булыр. Агачны игътибар белән карап чыгыгыз, иске, корыган кайрысын салдырып, чистартып калдырыгыз. Мүк, лишайниклардан арындырыгыз – алар астында зыян салучы бөҗәкләр качып калырга, шунда кыш чыгарга ярата. Җәен агачларга корт тоткыч путалар бәйләп куйган булсагыз, аларны салдырып атарга кирәк.

Дәвалыйбыз

Агач яфракларын коеп бетергәч, күгәргән җирләренә 3 процентлы бордос сыекчасын сибегез. Агачны авырулардан саклар өчен, ботакларына мочевина сибеп чыгыгыз (10 литр суга ярты килограмм мочевина исәбеннән). Шулай ук агач тирәли балчыкны да эшкәртергә кирәк. Тик моның өчен измә концентрациясен арттырыгыз – 10 литр суга 1 килограмм мочевина кулланыгыз.

Тукландырабыз

Көзен җимеш агачлары минерал ашламага мохтаҗ була. Ләкин бу максатта азот кулланмагыз. Ул агачның көзен бер кирәге булмаган үсү процессын тизләтә һәм салкыннарга каршы тору көчен киметә. Агач төбенә фосфор һәм калий кушылмасын салыгыз.

Яфрак җыябыз



Коелган яфраклар да агачка зыян салырга мөмкин. Аларны агач төбендә калдыручылар бик нык ялгыша. Яфраклар өеме астында гөмбә авыруы таратучылар, бөҗәкләр һәм аларның личинкалары кыш чыга. Моннан саклану өчен яфракларны бакчадан чыгарып яндырыгыз йә күмеп куегыз. Узган сезонда агачларыгыз чирләмәгән булса, коры яфракларны компост өеменә салсагыз да була.

Дымландырабыз

Җиләк-җимеш агачлары кышка кергәндә коры булып калмаска тиеш. Көз коры килгән очракта агачка яхшылап су сибегез. Бер агачка 50 литр чамасы су сибәргә кирәк. Бу эшне берничә этапка бүлеп, бер сәгатькә 10–12 литрын гына сибегез. Туфрак бер метр тирәнлеккә юешләнеп керергә тиеш.
Су температурасы урамдагы температурадан 5 градуска югары булсын. Су сипкәч, агач тирәсендәге туфракны тирес йә торф белән каплап чыксагыз була.
Ул – дымны сакларга ярдәм итәр.

Йомшартабыз



Бакчагыздагы җирне көздән казып калдырганда агач һәм куак төпләренә тимәгез – өскә якын үскән яшь тамырлар зарарланырга мөмкин. Алар төзәлсен өчен, вакыт кирәк булачак. Тиз арада туң төшсә, агач йә куак кыш чыга алмаска да мөмкин. Шуңа күрә җирне казымыйча 10–15 см тирәнлектә көпшәкләндереп кенә чыгыгыз. Шул рәвешле тамырлар кислород белән тәэмин ителер, туфракта дым сакланыр. Җирне йомшарту нәтиҗәсендә зыян салучы бөҗәкләр, аларның личинкалары, йомыркалары өстә калып, салкыннар килү белән үләләр.

Киңәш

Яшь агачлар озак вакыт дәвамында яфрак коеп бетерә алмасалар, перчатка киеп, аларны үзегез коеп төшерегез. Моның өчен ботаклар буенча кул белән астан-өскә йөреп чыгарга кирәк. Бу агачны дым югалтудан саклый. Агачтагы яшел яфраклар аның кышка әзер булмавын аңлата. Димәк, яфракларны ясалма рәвештә койдырырга кирәк. Мочевина йә аммиак селитрасыннан эремә ясап, ботакларга сибегез (10 литр суга 500–700 г исәбеннән). Азот ашламасының көчле концентрациясе яфрак коюны тизләтер һәм бөҗәкләрдән арындырыр.

Фото: www.pexels.com



КУЛЛАРГА МАССАЖ

Кулларның матурлыгы хатын-кыз өчен бик мөһим. Күз иң элек шул кулларга төшә бит! Бу хакта беләбез, шуңа әледән-әле маникюрга йөрибез. Ә менә кул тиресе турында онытабыз. Күп булса, көнгә бер тапкыр крем сөртәбез дә бетте китте. Әмма кул тиресен дә карарга кирәк, чөнки ул тиз картая. Кулларга массаж ясап, аның матурлыгын һәм яшьлеген озынайтабыз. Җитмәсә, безнең кулларда, бигрәк тә уч төбендә бик күп рефлекс нокталары бар. Массаж ясап, бөтен организмга дәва ала алабыз. Сәхифәбезнең даими эксперты Ләйсән САБИТОВА кул бармакларына массаж ясарга өйрәтер. Массаж ясаганда крем сөртмәгез. Аннан соң гына кулларны башта скраблагыз, аннары яраткан кремыгызны сөртеп куегыз.

1 Кулларны ике якка сузып, бармакларны җәябез һәм алга-артка әйләндерәбез. Бу вакытта башны да әкрен генә уңга-сулга борсагыз, тагын да нәтиҗәлерәк булыр. Шушы ук күнегүне баш бармакларны күрсәтеп эшлибез.







2 Кулларга лимфодренаж булсын өчен, аларны өскә күтәреп селеккәлибез.



3 Тагын бер кат кулларны ян-якка сузып, бармакларны йодрыкка төйнәп, әйләндерәбез. Бу вакытта буыннарның тартылганын сизәрсез.





4 Кулны терсәктән өстәл өстенә сузып куябыз да массаж тубы белән астан өскә йөртеп чыгабыз.





5 Кулның беләзегеннән терсәккә «кычыткан» күнегүе ясыйбыз. Шулай ук бер кулның беләген икенче кул бармаклары белән тотып, тыгыз беләзек кигән сыман өстән аска таба сыпырабыз.





6 Кул буыннарын ышкып җылытабыз.



7 Уч төбен баш бармак белән йомшартып чыгабыз. Һәр бармак нигезен дә онытмагыз. Баш бармак белән имән бармак арасын аерым массажлыйбыз.







8 Кул аркасындагы тирене чеметкәлибез.



9 Һәр бармакны массажлап чыгабыз һәм бер кул бармагын икенче кулның урта һәм имән бармаклары арасына кыстырып, балдак салган кебек ныгытып тотып, тарткалыйбыз.







10 Бармакларга массаж ясау вак моториканы ныгыта. Бу баш мие өчен аеруча мөһим. Шуңа күрә бар-маклар өчен массажерлар алырга киңәш итәм. Мәсәлән, чәнечкеле балдак рәвешендәге массажер бик яхшы. Балаларның бармакларына да кидертеп массажларга була.

QR-код аша кереп, күнегүләрне видеодан да карап ясый аласыз.
Фото һәм видео: Анна Арахамия.



Тутырылган күркә боты

Ноябрь – өмәләр чоры. Борынгыдан килгән йола буенча, симез казларны суеп, каклап, тозлап, мамык мендәрләр тутырып, бәрәкәтенә сөенеп йөри торган ай ул. Хәзер күпләр, каз-үрдәк белән генә чикләнмичә, күркәләр дә үстерә. Туклыклы, диетик күркә итен төрле сыйларда кулланырга була.

Рубриканың ноябрь кунагы – Венера АРСЛАНОВА. Кечкенәдән аш бүлмәсендә бөтерелергә яраткан ул. Әнисе дә пешерү буенча чын оста, төрледән-төрле ризыклар әзерләргә аннан өйрәнгән Венера. Күңеле тарткан эштән читләшеп, мәктәптән соң сату өлкәсенә кереп киткән, бухгалтер белгечлеге алган. Ләкин барыбер яңадан аш-суга әйләнеп кайткан. Бүген Венера ханым – ике җиткән егетнең әнисе, оста пешекче. Балалар бакчасында эшли, бәлешләр пешерә, төрле ярымфабрикатлар әзерли, банкетларда хезмәт күрсәтә. «Менә шундый кеше инде мин – кешеләргә юк дип әйтә алмыйм», – ди ул үзе турында. Серен үзебез дә белдек: чисталык, җитезлек Венераның һәр хәрәкәтендә сизелеп тора. Уңган хуҗабикәдән тутырылган күркә боты пешерергә өйрәнәбез.



Кирәк

- 1 күркә боты;
- 200 г шампиньон;
- 100 г суган;
- 1 теш сарымсак;
- 50 г үсемлек мае;
- 50 г атланмай;
- 1 йомырка;
- тәменчә тоз, борыч.



Эш барышы

■ Күркә ботының тиресен, итеннән аерып, аска таба салдырабыз. Ботның аскы өлешендәге сөякне, 2 см калдырып, кисеп алабыз. Шул сөяккә ябышкан тиредән капчык ясала.

■ Итне сөягеннән аерып, эре шакмаклап турыйбыз, иттарткычтан чыгарабыз.

■ Табага атланмай белән үсемлек мае салып, ваклап туралган суганны шунда кыздырабыз.

■ Шампиньоннарны шакмаклап турыйбыз да, суган янына кушып, бергә кыздырабыз.

■ Ит янына кыздырылган суган, гөмбә, угычтан уылган сарымсак салабыз, тоз, борыч сибәбез. Шул массага 1 йомырка өстәп, әйбәтләп туглыйбыз.

■ Әзер капчыкларга эчлекне тыгызлап тутырабыз. Башын конверт сыман бөкләп, табага салабыз. Ачылып китмәсен өчен, таякчык белән эләктереп куярга да мөмкин.

■ Тутырылган ботка аджика һәм майонез кушылмасы сөртеп, 180 градуслы мичтә 30 минут пешерәбез.

Видеоны карар өчен смартфонның камерасын QR-кодка якынайтыгыз.
Фото һәм видео: Анна Арахамия.





Көз – җиләк-җимешкә һәм яшелчәгә бай чор. Хөрмә яратучылар әлеге татлы, матур, кояшлы җимешнең кибет киштәләрендә күренә башлавын түземсезлек белән көтеп ала. Хөрмә шул килеш тәмле булса да, дөрес туклану рецепты буенча бу җимештән берничә ашамлык тәкъдим итәбез.

Кояшлы хөрмә

Хөрмәдә көчле антиоксидант саналган ашамлык җепселләре, полифеноллар, минераллар, дубиль матдәләр бар. Алмада, мәсәлән, ашамлык җепселләре хөрмәгә караганда, ике тапкыр азрак. Хөрмә С, А, Р витаминнарына һәм бик күп микроэлементларга: тиамин, кальций, калий, фосфор, магний, натрийга бай. Аны көн саен ашасагыз, калкансыман биз өчен мөһим булган йод дефицитын тулыландырырсыз.

Хөрмәне дөрес кулланкагыз, артык гәүдә авырлыгыннан да арынырга мөмкин. Бер хөрмә җимешендә – якынча 70 калорий, ул ашамлыклардагы файдалы матдәләрне тиз сеңдерергә ярдәм итә. Диета вакытында организмны файдалы матдәләр белән баета, артык суны куа, шешенүләрне киметә. Хөрмә составында шикәр, глюкоза, фруктоза, сахароза булу сәбәпле, диабетикларга ашарга киңәш ителми.

Хөрмәле салат

Кирәк:
- 2 хөрмә;
- 1 баш кызыл суган;
- 200–250 г күркә түше;
- 1 учлам салат;
- 1 аш кашыгы кабак төше;
- 1 чәй калагы кош ите өчен тәмләткеч.

Күркә итен кисәкләргә бүлеп, тәмләткеч белән болгатыгыз да коры табада кыздырыгыз. Суганны ярымбоҗралап, хөрмәне телгәнчә турагыз. Салат яфракларын өзгәләп савытка салыгыз, хөрмәне, әзер күркә итен өстәгез. Салат өстеннән кабак төше сибегез.

Хөрмәле чиа-пудинг

Кирәк:
- 2 хөрмә;
- 1 стакан кокос сөте;
- 3 аш кашыгы чиа орлыгы.

Чистарткан хөрмәне шакмаклап турагыз, кокос сөте кушып, блендер ярдәмендә бертөрле массага китерегез. Чиа орлыклары өстәп болгатыгыз да җиде-сигез сәгатькә суыткычка куегыз.

Хөрмә белән «Чатни» соусы

Соус кош итләренә дә, балыкка да туры килә.

Кирәк:
- 1 хөрмә;
- 1–0,5 см имбир;
- ярты баш кызыл суган;
- 2-3 аш кашыгы лимон суы;
- бер чеметем уылган кара борыч;
- күнҗет (кунжут).

Хөрмәнең кабыгын салдырып, төшеннән арындырып, пычак ярдәмендә бертөрле масса ясагыз. Суганны бик ваклап турагыз, имбирне угычтан уыгыз. Бер савытта шуларны кушып, лимон суы һәм борыч өстәгез. Яхшылап болгатыгыз да савытка капкач ябып, ике сәгатькә суыткычка куегыз.

Кыздырган тавыкка соусны агызыгыз, өстеннән күнҗет сибегез.

Хөрмәдән смузи

Кирәк:
- 2 хөрмә;
- 2 алма;
- 1 см имбир;
- 1 чеметем дарчин (корица);
- 150 мл су.

Хөрмә белән алманы кабыгыннан чистартыгыз, төшләрен алып, шакмаклап турагыз. Имбирне угычтан уыгыз. Бөтен ингредиентларны да бертөрле масса барлыкка килгәнче блендер ярдәмендә болгатыгыз.



Фото: www.pixabay.com

Чаян хатын-кыз

Чаян йолдызлыгында туган хатын-кызлар актив, кыю, сүзендә нык торучан. Алдан күрә беләләр: алар зирәк, көчле һәм шул ук вакытта хисле дә. Буйсынырга яратмыйлар. Үзләре өчен авторитет санаган кешенең фикеренә генә колак салырга мөмкиннәр. Аларны артык горур һәм үзе турында югары фикер йөртә дип саныйлар. Ләкин чынлыкта Чаян үз-үзен эчтән битәрләп, әллә кайчан узган вакыйгаларга да әйләнеп кайтып, дөрес эшләү-эшләмәве хакында озак уйлап йөрүчән.

Мөнәсәбәтләр. Чаян эчтән ничек кенә янып көйсә дә, тышкы яктан хисләрен беркайчан да сиздерми. Ачуын эчкә яшереп, үчен соңрак алырга да мөмкин. Эмоция ягыннан башка йолдызлык билгеләреннән күпкә тотрыклырак, шуңа күрә хискә кагылышлы конфликтларда һәрвакыт җиңеп чыгачак. Хәтта якын кешеләре дә Чаянны тулысынча аңлап бетерә алмый.

Мәхәббәт. Бу өлкәдә Чаян алдан күрү сәләтенә ия кебек: иренең үзенә ни дәрәҗәдә туры килүен, гаилә төзер өчен яраклы булу-булмавын бәяли ала – аның фаразлары һәрвакыт дөрес була. Чын хисләрен күрсәтер өчен, Чаянга вакыт кирәк. Уртак тормыш корган очракта гаиләдә лидер була, ләкин бу позициядән котылырга тырыша.

Гаилә. Чаян өчен яшәү урыны зур әһәмияткә ия. Ул һәрвакыт тәртипкә омтыла. Аңа үзенчәлекле уңайлыклар кирәк. Җиһаз күчерү, өй җыештыру кебек эшләрне ярата. Балаларын кечкенәдән мөстәкыйльлеккә өйрәтә. Аларның сәләтләрен ачыклап, үсешләрендә ярдәм итә, дөрес юл күрсәтә. Иренең үзенә карата мөнәсәбәтен ачыклар өчен сүзгә килергә, шул рәвешле асылына төшенергә мөмкин.

Йолдызнамә декабрь

Кучкар Үзегез өчен авторитет саналган кешеләр фикеренә колак салыгыз. Мөмкинлекләрегезне артык бәяләмәгез. Бар кеше дә хаталанырга мөмкин. Бу айда башлаган эшләрегезне ахырына җиткерергә тырышыгыз. Якын арада мондый мөмкинлек башка булмаячак.

Үгезбозау Бер яктан, күңелле, икенче яктан, күңелсез дә булырга мөмкин ачыш көтә сезне. Ничек кенә булса да, төптән уйларлык әйберләр бар. Тормышыгызны тагын да яхшырак якка борырга теләсәгез – бигрәк тә. Көтелмәгән очрашулар да булыр бу айда.

Игезәкләр Үзегездә иҗади башлангычлар табарсыз. Үзегезне дә, башкаларны да аңларга тырышып, кызыклы ачышлар ясарсыз. Эчке ресурсларыгызны тулысынча ачарга вакыт. Яңа ел якынлашуы сезгә яхшы тәэсир итә: ару-талуны белмичә, үткән елга матур нәтиҗә ясау өстендә эшләячәксез.

Кысла Кәефегезгә бәйле карарлар кабул итмәгез, нәтиҗәсе аяныч булыр. Шуңа күрә үз-үзегезне кулга алып, аек акыл белән эш итегез. Кәефегез еш үзгәрә торган чор. Нинди генә ситуация булса да, читтән бәя биреп, эш планын корыгыз. Шулай эшләгәндә бар да сез теләгәнчә булыр.

Арыслан Бу айда үзегез теләгән эшләрне генә түгел, башкалар кушканны да үтәргә туры киләчәк. Максатка ирешү өчен, кайбер очракта компромисска килеп, алтын урталыкны табарга туры килер. Ай ахырында төшенкелеккә бирелүегез бар. Якын дуслар белән ешрак очрашу иң яхшы дәва булачак.

Сөмбелә Күбесенчә шәхси эшләр белән мавыга торган чор. Кешеләрдән читләшеп, аулак урында яшәп алу мөмкинлеге булса, кичекмәстән шулай эшләгез. Уйларыгызны тәртипкә китереп, сәламәтлегегезне дә ныгытырсыз.

Бизмән Тоемлау сәләтегезнең аеруча көчле чоры. Шуңа күрә кешеләр белән аралашканда моңарчы күзегезгә күренмәгән үзенчәлекләрне, детальләрне күрерсез. Айның икенче яртысында романтикага бирелү хас. Бәйрәм алдыннан үзегезне күптән теләгән бүләк белән сөендерегез.

Чаян Ай башында тормышыгызда кара сызык башланган кебек тоелыр. Бу үз җилкәгезгә кирәгеннән артык җаваплылык алуга бәйле. Айның икенче яртысында барлык максатларыгызга ирешә алачаксыз. Иң мөһиме – киртәләр алдында туктап калмагыз.

Укчы Елның соңгы ае төрле бәйрәмнәргә, очрашуларга, мәҗлесләргә бай булыр. Әмма аулакта – кешеләрдән ял итәсегез килер. Бу сезгә уйларыгызны тәртипкә китерер өчен һәм башлаган эшне ахырына җиткерер өчен кирәк. Беренче чиратта үз мәнфәгатьләрегезне кайгыртыгыз.

Кәҗәмөгез Сезне тыныч һәм салмак ай көтә. Үз эшләрегезне дә тәмамларсыз, якыннарыгызга да ярдәм итәргә вакытыгыз калыр. Әмма сезне бу тынычлык халәтеннән чыгарырлык вакыйга булырга мөмкин. Якыннарыгыз сездә яхшы якка үзгәреш сизәчәк.

Сукояр Елны тыныч күңел белән тәмамлар өчен һәр адымыгызны уйлап эш итегез. Эшегездә авырлыклар булмас, ә менә якыннарыгыз өчен борчылырлык сәбәпләр булырга мөмкин. Шуңа күрә буш вакытыгызны сезнең игътибарга мохтаҗ якыннарыгызга багышлагыз.

Балык Декабрь романтик мизгелләргә бай булыр. Тормышыгызны сез уйламаган якка борырга сәләтле мавыгу, хобби барлыкка килергә мөмкин. Күңелегезгә яткан шөгыльләргә игътибар итегез. Бу айда сезнең һәр башлангычыгыз уңышлы булыр.

«Хатын-кыз галәме» сәхифәсен Алсу ШАКИРОВА, Чулпан ГАЛИӘХМӘТОВА, әзерләде.







КАЛА БЕЛӘН БЕР ТЫНДА

Санкт-Петербург рәссамы Эльмира Мостафина 1977 елда Чистайда туган. Казан сынлы сәнгать училищесын һәм И. Е. Репин исемендәге Санкт-Петербург сынлы сәнгать, скульптура һәм архитектура дәүләт академик институтының графика факультетын тәмамлаган. 2005 елдан – Санкт-Петербург Рәссамнар берлеге һәм Санкт-Петербург Акварелистлар җәмгыяте әгъзасы.

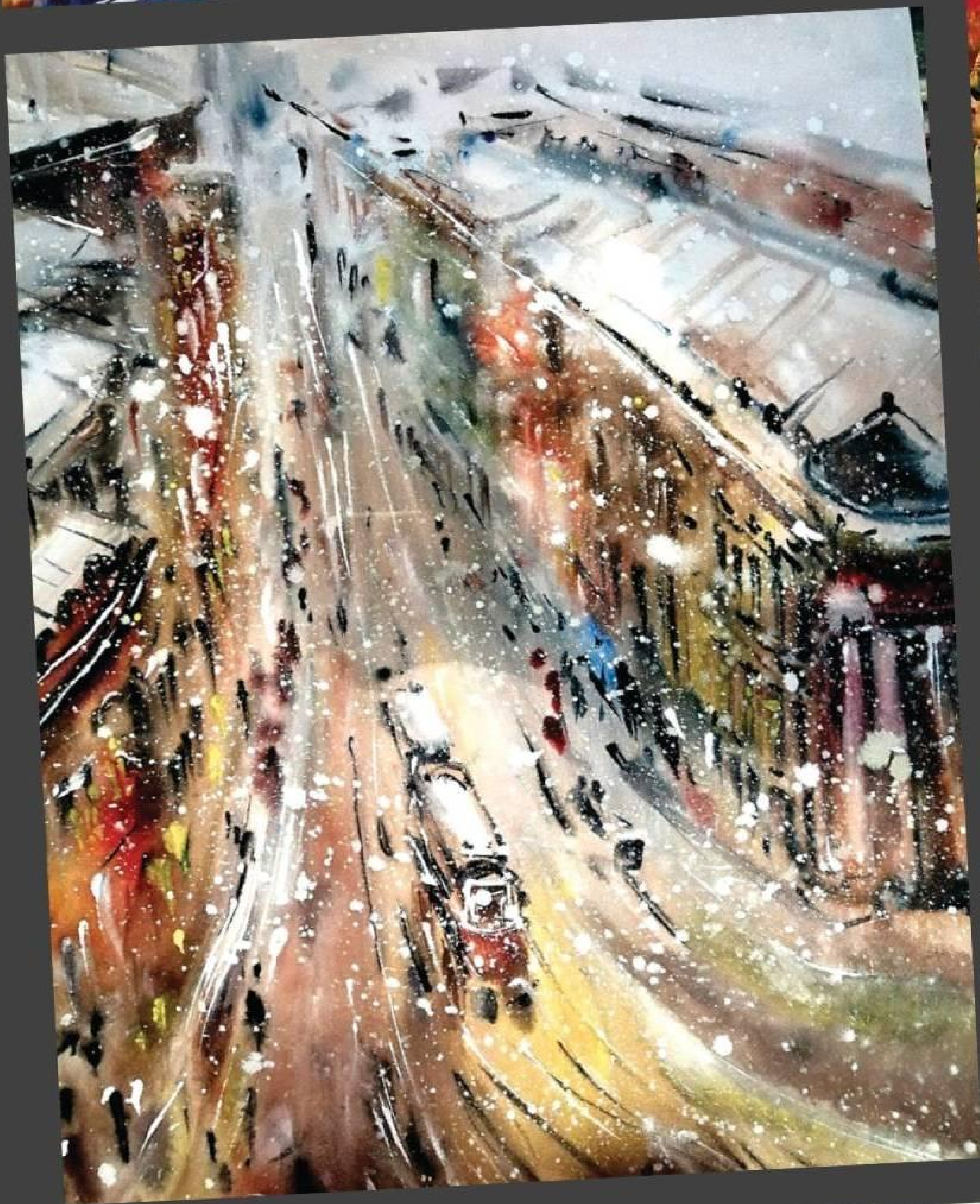
«Күргәзмәләрдә 1993 елдан бирле катнашып киләм. 1999 елдан Петербург, Финляндия сәнгать галереялары белән хезмәттәшлек итәм. 2005 елны «Россия рәссамнары – дөньяга» проекты кысаларында III Халыкара биенналеда катнашып, «Шәһәр пейзажы» номинациясендә беренче урынны яуладым. 2006 елда исә Г. Тукай һәм М. Җәлил юбилейлары уңаеннан «Рәссамнар – шагыйрьләргә» күргәзмәсендә минем «Карлы Петербург» сериясеннән берничә акварель әсәрем экспозицияләнде. 2007 елда «Голубая Гостиная» галереясында беренче шәхси күргәзмәмне ачтым. 2009 елда Чикагода ачылган күргәзмәмне дә ошатып карадылар. 2010 һәм 2015 елларда Мәскәүнең Мәгариф музеенда ачылган шәхси күргәзмәмә дә тамашачылар бик теләп килде. Калабызның «Монако» галереясында «Ике Венеция» дип аталган күргәзмәм үтте. 2013 елда Мәскәү мәдәният министрлыгы стипендиаты булдым. 2016–2017 елларда «Эрмитаж»ның Выборгтагы филиалында – «Ефәк палитра», 2017 елда шәһәребезнең Электр транспорты музеенда – «Петербург белән бер сулышта» күргәзмәләрен, 2018 елда Берлинда шулай ук шәхси күргәзмәләремне ачтым. 2020–2021 елларда Зеленогорск, Сестрорецк шәһәрләрендә «Петербург мизгелләре» күргәзмәләрем уңыш белән узды. 2020 елны исә Милли үзәктә «Минем сөекле Татарстаным» күргәзмәсендә катнаштым. Мин – актив иҗатчы», – ди мөлаем әңгәмәдәшем, Татарстанның «Мәдәнияттәге казанышлар өчен» билгесенә лаек булган рәссам. Эшләре Петербургның Пушкин йортында, Пушкинские Горы шәһәренең Пушкин музеенда, шулай ук Россия, Финляндия, Швеция, Германия, АКШтагы шәхси тупланмаларда да саклана. «Мин Татарстан Республикасының Санкт-Петербург һәм Ленинград өлкәсендәге даими вәкаләтле вәкиллегендә узучы күп кенә күргәзмәләрдә теләп катнашам, – ди ул. – Төньяк башкалабыз темасы күңелемә аеруча якын. Санкт-Петербургны импрессионизм стилендә – кояшлы, яңгырлы, томанлы итеп сурәтләргә яратам. Шәһәр сюжетларында төп героем – шәһәр үзе генә түгел, ә күреп соклануымнан туган хис-халәтләр дә! Жилкәнле көймәләрне аеруча яратып сурәтлим. Узган меңьеллыкларда җилкәнле көймә уңыш символы булып саналган».

Тормыштан, заманадан зарланмыйча яши ул. Чөнки белә: иң катлаулы эшең дә – һәрбер эшсезнең хыялы. Синең тыңлаусыз балаң – һәр баласызның хыялы. Синең кечкенә генә күләмдәге акчаң да – һәрбер бурычлының хыялы. Синең аз-маз гына сәламәтлегең дә – савыга алмаячак һәр авыруның хыялы. Синең өчен кулай аш-су, тыныч көн – илендә сугыш баручы һәркемнең теләге... «Иртәгә нәрсә буласын беркем дә белми, шуңа күрә барысына да шөкер итә белергә кирәк, – ди Эльмира. – Гомер чиксез түгел. Барысына да җитешергә кирәк».

Эльмира Мостафина иҗатының күп өлешен акварель әсәрләр тәшкил итә. «Мин әлеге ысулны гел көтелмәгән нәтиҗәләргә китергәне өчен ошатам. Аның бар өстенлеге дә, бар катлаулыгы да – шунда! Бу техникада нәкъ үзең теләгән сәнгати нәтиҗәгә килү җиңел түгел, төзәтмәләр кертүне акварель һич тә өнәми, ә кайчак бу мөмкин дә түгел. Еш кына шушы көтелмәгәнлек һәм буяуларның җанлылыгы – акварель эшләремдәге иң кыйммәтлелек булып килеп чыга да инде», – ди талантлы иҗатчы.

Зилә НИГЪМӘТУЛЛИНА







ЭЛЬМИРА МОСТАФИНА

ТАТ МЕДИА

Санаторийга 2 юллама

Шифалы су-Ижминводы

Газета-журналларга язылу өчен кар көри торган җайланма, телевизор һәм башка бүләкләр

Бүләкләр 2022 елның 11 февралендә уйнатылачак



1 ЯЗЫЛ

2022 елның 21 гыйнварына кадәр «ТАТМЕДИА» АҖнең бер газета һәм бер журналына языл (акциядә катнашучы басмалар белән tatmedia.ru сайтында танышып була)

2 ҖИБӘР

«Акция» билгесен куеп, язылу квитанцияләренең копиясен безгә җибәр (телефон номерыгызны язарга онытмагыз).
Адрес: 420066, Казан шәһәре, Декабристлар урамы, 2 яки podpiska@tatmedia.ru

3 ОТ

электр иттарткыч, робот-пылесос, телевизор, кар көри торган җайланма.
Төп бүләк — санаторийга 2 юллама



Тулырак мәгълүматны, акциянең узу вакытын, бүләкләр, аларны алу тәртибе турында tatmedia.ru сайтында белә аласыз. Акция 22.10.21–20.03.22 кадәр үткәрелә. Гаризалар 21.01.2022 кадәр кабул ителә. Оештыручы – ТАТМЕДИА АҖ. Товарлар рәсемдә күрсәтелгәннән үзгә булырга мөмкин. Реклама 16+